

Mattila Jenni & Virkkala Susanna

**NUORTEN ALKOHOLINKÄYTTÖ ALAHÄRMÄN JA
TOHOLAMMIN 8.–9.-LUOKKALAISTEN KOKEMANA**

Opinnäytetyö

KESKI-POHJANMAAN AMMATTIKORKEAKOULU

Hoitotyön koulutusohjelma

Tammikuu 2011



TIIVISTELMÄ OPINNÄYTETYÖSTÄ

Yksikkö Sosiaali- ja terveysalan yksikkö, Kokkola	Aika Helmikuu 2011	Tekijä/tekijät Jenni Mattila Susanna Virkkala
Koulutusohjelma Hoitotyön koulutusohjelma, sairaanhoitaja ja terveydenhoitaja		
Työn nimi Nuorten alkoholinkäyttö Alahärmän ja Toholammin 8.–9.-luokkalaisten kokemana		
Työn ohjaaja Marja Ranta-Ylitalo	Sivumäärä 48 + 3 liitettä	
Työelämäohjaaja Rehtorit Vesa Puutonen ja Jussi Peltokangas		
<p>Tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää pienten paikkakuntien nuorten alkoholin käyttöä. Tutkimuskohteeksi valitsimme kotipaikkakuntiemme Alahärmän ja Toholammin yläasteiden 8.- ja 9.-luokkalaiset nuoret. Tavoitteena oli selvittää nuorten alkoholikäyttämistä sekä heidän tietämystään alkoholista ja sen haittavaikutuksista. Tutkimusmetodina käytimme kvantitatiivista tutkimusmenetelmää. Tutkimusaineiston keräsimme puolistrukturoidulla kyselylomakkeella keväällä 2010. Tulokset analysoimme Excel-taulukko-ohjelmalla. Kyselyyn osallistui yhteensä 247 oppilasta, mutta poistimme yhteensä kahdeksan kyselylomaketta. Analysoimme siis yhteensä 239 kyselylomaketta.</p> <p>Tutkimustulosten mukaan nuorten tietämys alkoholista ja sen aiheuttamista ongelmista oli hyvää. Mitä vanhempi oppilas oli, sitä parempaa oli myös hänen tietämyksensä alkoholin vaikutuksista. Alkoholia käyttävien nuorten osuus oli 68 % kaikista vastaajista. Huolestuttavan suuri osa alkoholia käyttävistä nuorista ylitti suositellun kertakäyttömäärän ylärajan. Suurin osa nuorista koki, että ei tarvitse lisää tietoa alkoholista eivätkä kokeneet alkoholin käyttöään ongelmaksi.</p> <p>Tutkimuksen tulosten mukaan alkoholia käyttävien nuorten ensimmäinen alkoholikokeilu oli keskimäärin 13–14 vuoden iässä. Alkoholin käytön syiksi nuoret kertoivat oman tahdon ja hauskanpidon. Nuoret käyttivät alkoholia pääasiassa kavereiden kanssa ja saivat alkoholia kavereiden ja heidän tuttujensa kautta. Kyselyn mukaan suurin osa nuorista hyväksyi alaikäisten alkoholin käytön.</p>		
Asiasanat Alkoholi, ennaltaehkäisy, haittavaikutukset, kokemukset, nuori, tuki ja ohjaus		

ABSTRACT

CENTRAL UNIVERSITY SCIENCES	OSTROBOTHNIA OF APPLIED	Date 17 th Jan 2011	Author Jenni Mattila Susanna Virkkala
Degree programme Degree programme in Nursing and Health Care			
Name of thesis Young People's Alcohol Drinking Behaviour as Experienced by 8th and 9th Graders in the Villages of Alahärmä and Toholampi			
Instructor Marja Ranta-Ylitalo			Pages 43 + 3 appendices
Supervisor Maija Maunula			
<p>The purpose of this study was to investigate small village's alcohol behavior of the Young. The target group was our hometowns comprehensive school's 8th and 9th grade students in Alahärmä and Toholampi. The aim was to investigate young people alcohol behavior and their knowledge about alcohol and it's side effects. The study was quantitative. The data was collected by half-structured questionnaire in spring 2010 and were analyzed by Excel-program. The target group included 247 students, but we had to delete eight questionnaire. Final group included 239 questionnaire.</p> <p>The results of our reseach indicated that the young knowledge about alcohol and it's side effects were fine. As older student was the better was knowledge about alcohol effects. Majority of students (68 %) used alcohol. Worrrying large group of students who used alcohol exceeded the recommended amount of alcohol dosent. Majority of students felt that they didn't need more knowledge about alcohol and didn't felt that using alcohol was problem for them.</p> <p>Conclusions showed that the young one's first alcohol experiences were the age of 13 to 14. The reasons of using alcohol were <i>own will</i> and <i>having fun</i>. The young used alcohol with their friends and got alcohol from their friends and via their acquaintances. According to the research most of the young people accepts using alcohol under the age of 18.</p>			
Key words Alcohol, experiences, prevention, side effects, support and guidance, young people			

TIIVISTELMÄ

ABSTRACT

1 JOHDANTO.....	5
2 NUORUUS	7
3 ALKOHOLIN HAITTAVAIKUTUKSET NUOREN ELÄMÄÄN	9
4 ALKOHOLIN MÄÄRITELMÄ	11
5 ALKOHOLIN AIHEUTTAMAT ONGELMAT	13
5.1 Alkoholin fyysiset ongelmat	13
5.2 Alkoholin aiheuttamat psyykkiset ongelmat	15
5.3 Alkoholin aiheuttamat sosiaaliset ongelmat	16
5.4 Nuoren päihderiippuvuus	18
6 ENNALTAEHKÄISEVÄ PÄIHDETYÖ	20
7 ALKOHOLIN KÄYTÖN TUTKIMUKSEN HISTORIAA.....	24
8 TUTKIMUKSEN TARKOITUS JA TUTKIMUSONGELMAT	27
9 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN	28
9.1 Tutkimusaineisto ja tutkimusmenetelmät	28
9.2 Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus	29
10 NUORTEN ALKOHOLINKÄYTTÖ PIENILLÄ PAIKKAKUNNILLA JA NUORTEN ALKOHOLINKÄYTÖN ENNALTAEHKÄISY	30
10.1 Kokemuksia päihteiden käytöstä	31
10.2 Terveysongelmat	34
10.3 Käyttäytymisen muutokset nuorissa alkoholia käytettäessä	37
11 JOHTOPÄÄTÖKSIÄ	50
12 POHDINTA.....	53
LÄHTEET	55
LIITTEET	

1 JOHDANTO

Työmme lähtökohtana oli selvittää, miten pienten paikkakuntien nuoret käyttävät alkoholia ja millaista on heidän alkoholikulttuurinsa. Nuoret saivat tuoda esille omia kokemusten ja ajatuksiensa lisäksi omaa tietoaan alkoholin haittavaikutuksista sekä myöskin virkavallan ja koulumaailman vaikutuksia alkoholin käyttöön. Nuoret saivat myös pohtia, mitkä asiat vaikuttaisivat alkoholin käytön vähentämiseen ja lopettamiseen. Opinnäytetyömme antaa suuntaa Toholammin ja Alahärmän yläasteiden 8. – 9. luokkalaisten päihteiden käytöstä ja päihdetietämyksestä.

A Tutkimuksemme kohderyhmänä olivat Toholammin ja Alahärmän yläasteiden 8. – 9. luokkalaiset. Toholammilla tutkimukseen osallistui yhteensä 116 oppilasta, joista tyttöjä oli 57 ja poikia 59. Alahärmässä tutkimukseen osallistui yhteensä 123 oppilasta, joista tyttöjä oli 56 ja poikia 67. Aineisto kerättiin puolistrukturoidulla kyselylomakkeella, joka sisälsi sekä monivalinta- että avoimia kysymyksiä. Analysoitavia kyselylomakkeita oli yhteensä 239 kappaletta.

Tutkimuskysymyksemme olivat: Millaista on nuorten alkoholinkäyttö pienillä paikkakunnilla? Miten nuorten alkoholinkäyttöä voisi ennaltaehkäistä? Työmme teoriaosuudessa olemme käsitelleet aluksi alkoholin käytön tutkimusten historiaa sekä aiheesta tehtyjä aikaisempia tutkimuksia. Tämän jälkeen käsittelemme nuoruutta yleisestä näkökulmasta. Luvussa Alkoholi olemme käsitelleet alkoholin määritelmää sekä alkoholin aiheuttamia haittavaikutuksia. Haittavaikutuksia olemme valinneet osittain sen mukaan, mitä nuoret ovat vastauksissaan käsitelleet. Työmme yksi tärkeimmistä asioista oli ennaltaehkäisevä päihdetyö, jota olemme käsitelleet teoriaosuuden loppuvaiheessa. Ennaltaehkäisevä päihdetyö sisältää myös vanhempien roolin käsittelyä nuoren päihteiden käytössä, sen ongelmassa ja alkoholin käytön ennaltaehkäisyssä.

Tutkimusaiheemme on ajankohtainen, sillä nuoret aloittavat alkoholin käytön yhä nuoremmassa iässä, mikä on huolestuttavaa koko yhteiskunnan kannalta. Myös alkoholin aiheuttamat nuorten kuolemat ja tapaturmat ovat kasvussa. Nuorten asenne alkoholia kohtaan on muuttunut myönteisemmäksi, eikä alkoholin käytön vaaroja ymmärretä. Halusimme selvittää, millaista nuorten alkoholikulttuuri on omilla kotipaikkakunnillamme ja onko se muuttunut vuosien aikana.

Tutkimuksen analysoinnissa olemme käyttäneet havainnollistajina Excel-
taulukko-ohjelman avulla tehtyjä diagrammeja ja avoimien kysymysten
vastauksissa olemme käyttäneet oppilaiden omia vastauksia. Emme ole
analysoineet erikseen Alahärmän ja Toholammin tuloksia.

2 NUORUUS

Eri elämänkaariteorioiden mukaan nuoruusikä nähdään noin kymmenen vuotta kestäväällä siirtymävaiheena lapsuudesta aikuisuuteen, ja tälle ajanjaksolle tyypillistä ovat nopeat biologiset, psykologiset ja sosiaaliset muutokset. Fyysisestä puberteetista alkaa nuoruuskehitys, joka ajoittuu yleensä ikävuosiin 12–22. Nuoruus jaetaan kolmeen eri vaiheeseen: 11–14-vuotiaana varhaisnuoruus, 15–18-vuotiaana keskinuoruus ja 19–22-vuotiaana myöhäisnuoruus. Jokainen näistä ajanjaksoista sisältää sille tyypilliset kehitysvaiheet. Nuoruus on suurten muutosten aikaa, ja matkalla aikuisuuteen nuori joutuu ratkaisemaan nuoruuden kehitystehtäviä, kuten itsenäistymistä, identiteetin löytymistä ja vastuuseen kasvamista. (Havio, Inkinen & Partanen 2008, 166)

Psyykkisen kehityksen mukaan nuoruus voidaan jakaa kehityksen mukaan esi-, varhais-, varsinais-, sekä myöhäisnuoruuteen. Aikuisikä ja siihen mennessä muodostunut identiteetti saavutetaan 22–25 vuoden iässä. Varhainen nuoruusikä ikävuosina 12–14 on aikaa, jolloin alkaa irrottautuminen kodin vaikutuspiiristä, itsenäistyminen sekä suuntautuminen omien ikätovereiden seuraan. Tässä iässä saavutetaan sukupuoli-identiteetti ja löydetään omat arvot, eettiset periaatteet sekä ihmissuhdemallit. Itsenäistymisen aikana nuoret hakeutuvat toveripiiriin, josta he hakevat turvaa. Ryhmässä toimiessa nuoret muodostavat joukkoja, joissa opitaan ryhmäytymistä, sääntöjen noudattamista sekä omaksutaan sosiaalisia käyttäytymistapoja. 14–18-vuotiaat nuoret elävät siirtymävaiheessa peruskoulun ja toisen asteen koulutuksen taitteessa, jossa tehdään valintoja koulutukseen ja ammattiin liittyen. (Pirskanen, 2007, 19)

Nuoruus on kriittistä aikaa alkoholinkäytön aloittamisen suhteen. Alkoholinkäyttö voi muodostua tavaksi siten, että satunnaisesta käytöstä siirrytään säännöllisesti toistuvaan juomiseen ja siitä edelleen mahdolliseen ongelmakäyttöön. Alkoholinkäytön varhaisen aloittamisensa on todettu olevan yhteydessä varhaisaikuisuuden ongelmakäyttöön. Yleisesti päihteiden käytön aloittamiseen näyttää vaikuttavan ulkoiset tekijät kuten nuoren kaveripiiri.

Hauskanpidon ja kokeilujen ohella päihteiden käyttö voi olla myös esimerkiksi nuorisoryhmään kuulumisen symboli tai keino vastustaa auktoriteetteja ja pyrkimystä irrottautua vanhemmista. Perinnöllisillä tekijöillä on myös vaikutusta päihteiden käyttöön ja erityisesti päihteiden käytön jatkumiseen ja riippuvuuden kehittymiseen. Altistavien perintötekijöiden lisäksi myös lapsuudessa ilmennyt aggressiivisuus, impulsiivisuus, vakavat käyttäytymishäiriöt ja muut itsehallinnan vaikeudet vaikuttavat nuoruuden päihteiden käyttöön. Perheeseen liittyviä riskitekijöitä nuoren alkoholinkäytön ja siitä aiheutuvien ongelmien suhteen ovat muun muassa vanhempien päihde- ja mielenterveysongelmat, perheen heikko sosioekonominen asema, vanhempien ja nuoren etäiset välit, perheen konfliktit ja vihamielinen ympäristö. Lähiympäristöön liittyviä riskitekijöitä ovat esimerkiksi rikollisuus asuinympäristössä ja päihteiden helppo saatavuus. (Havio, Inkinen & Partanen 2008, 166–167.)

Suomessa ja useimmissa Euroopan maissa täysi-ikäisyys saavutetaan täyttäessä 18 vuotta. Se on myös ikä, jolloin laillistuu mietojen alkoholijuomien sekä tupakan ostaminen. (Tupakka-asetus 174/1995; Alkoholilaki 1143/1994.) Lastensuojelulain mukaan aikuisella on ilmoitusvelvollisuus viranomaisille nähdessään lapsen vaarantamassa terveyttään tai kehitystään käyttämällä päihteitä (Lastensuojelulaki 683/1983).

3 ALKOHOLIN HAITTAVAIKUTUKSET NUOREN ELÄMÄÄN

Alkoholi on eniten käytetty päihde maailmalla, ja se on helpoimmin saatavissa. Alkoholin käytön suosio nuorten ja aikuisten keskuudessa johtuu sosiaalisesta hyväksynnästä, laillisuudesta täysi-ikäisillä sekä suomalaiseen kulttuuriin juurtumisesta. Henkilö, joka ei käytä alkoholia, joutuu usein selittelemään miksi kieltäytyy tarjotusta alkoholista esimerkiksi ravintolassa tai sosiaalisissa tilanteissa. Näin ollen se voi altistaa juomiselle. Alkoholilla on useimmiten positiivinen vaikutus yksilöön, se tuottaa muun muassa mielihyvää ja estojen katoamista. (Mönkkönen 1999, 6.)

Tavallisimmin nuorten ensimmäiset alkoholikokeilut alkavat Suomessa noin 14–15-vuotiaana. Humalajuominen ja alkoholinkäytön useus ovat riskejä nuoruusiässä. Päihteet vaikuttavat aivoihin ja keskushermostoon. Nuorilla aivot kehittyvät vielä paljon ja voimakkaimmillaan kehittyminen on vauva- ja nuoruusiässä. Jos nuoruusiällä aivot altistuvat suurille alkoholimäärille, aikuisuudessa nuoruudelle tyypillinen impulsiivisuus ei mene ohi. Ihmissuhteiden ylläpitokyky, motivaatio sekä informaation käsittelykyky kehittyvät juuri nuoruusiän aikana. Nuoruusiän runsas alkoholialtistus vaikuttaa aivojen rakenteelliseen kehitykseen ja tutkimusten mukaan tämä vaikuttaa siihen, että nuori on myöhemmin elämässään alttiimpi alkoholin väärinkäytölle sekä alkoholiriippuvuudelle. Mitä aikaisemmassa iässä alkoholikokeilut alkavat, sitä todennäköisemmin alkoholia kulutetaan aikuisiässä usein ja paljon. Nuorten juomisen aloittamista tulee ehkäistä ja jo alkanutta juomista tulee pyrkiä vähentämään, koska etukäteen ei voi tietää kenestä tulee aikuisena alkoholin ongelmakäyttäjä. (Fjörd, Kaltiala-Heino, Ranta, von der Pahlen & Marttunen 2009, 22.)

Nuorta kohtaavat vaarat runsaassa alkoholinkäytössä. Se alentaa riskinottoa, aiheuttaa kaikkivoipaisuuden tunnetta ja lisää aggressiivisuutta. On monia tilanteita, joissa nuori voi saattaa itsensä vaaraan: altistuminen väkivallalle (niin tekijänä kuin uhrinakin), ajoneuvon humaltuneena ajaminen, tapaturmaisuus, suojaamaton seksi sekä omaisuusrikokset. Lisäksi päihteiden

käyttö lisää runsaasti poissaoloja koulusta. Ne nuoret, jotka eivät käytä alkoholia tai tupakoi, eivät todennäköisesti kokeile huumeita.

Jos nuorella on ongelmia jollakin elämänalueellaan, alkoholinkäyttö saattaa helpottaa esimerkiksi stressin, masennuksen tai ahdistuneisuuden tunteita hetkellisesti. Tämä ei kuitenkaan ratkaise asiaa, ja näin ollen kielteisten tunteiden käsittely väistyy. Tästä voi tulla nuorelle kierre, kun alkoholinkäytön pitkittyessä myönteiset ajatukset vaimenevat ajan myötä ja miellyttävän tunteen saaminen vaatii suuremman määrän päihdettä. (Fjörd, ym. 2009 19–20.)

Nuorten päihteiden käytön aloittamiseen vaikuttavat henkilökohtaiset sekä ympäristö- ja tilannetekijät. Suomessa alkoholin käyttö on osa aikuisten sosiaalisia tapoja ja tämän takia alkoholin kokeilunhalu voidaan käsittää siirtymävaiheena nuoruudesta aikuisten yhteiskuntaan. Tieto, taito ja asenteet nuorille tulevat yhteisön, perheen sekä ystävien sosiaalisesta ympäristöstä. Päihteiden käytön aloittamiseen vaikuttavat kokeilun halu ja kaveripiiri ja tällöin usein päihteiden käytön terveyshaitat unohtuvat. Nuorille ympäristön yhteisön mallit ovat hyvin monimuotoisia. Tämän takia nuorten valinnat alkoholin käytöstä vaihtelevat raittiudesta runsaaseen, päihtymystilaa tavoittelevaan päihteidenkäyttöön. (Pirskanen 2007, 15.)

4 ALKOHOLIN MÄÄRITELMÄ

Nuorille vuonna 2003 tehdyn terveystapatutkimuksen mukaan nuorten alkoholinkäytön aloittaminen ja kokeiluikä ovat varhentuneet: useimmat nuorista kokeilevat alkoholia ensimmäisen kerran 13-vuotiaana. Suomessa alaikäiset saavat hankittua alkoholia helposti. Useimmiten alkoholia saadaan kavereilta, vanhemmilta tai ottamalla salaa kotoa. Tutkimus osoittaa, että vuonna 2003 neljätoistavuotiaista pojista noin puolet ja tytöistä noin 40 % ei käyttänyt lainkaan alkoholia. Vastaavasti kuusitoistavuotiaista vastaavat luvut olivat enää vain 20 % ja 10 %. Vahvaan humalatilaan kuusitoistavuotiaista joi vähintään kerran kuukaudessa yli 20 % nuorista. (Ivanoff, Risku, Kitinoja, Vuori & Palo 2007.)

Suhde alkoholiin muuttuu nuoruudessa ja moralisointi vaihtuu juomisen harjoitteluun. Kaveripiirin alkoholinkäyttö kohdistuu nuoreen ryhmänpaineena, ja nuori saattaa seurata muiden esimerkkiä. Tiedetään myös, että alkoholistiperheen lapsilla on suurempi riski alkoholisoitua. Nuoret tavoittelevat alkoholia käyttäessään sen rentouttavaa ja sosiaalista kanssakäymistä vilkastuttavaa vaikutusta. Nämä vaikutukset todetaan jo alhaisissakin veren alkoholipitoisuuksissa, mutta alkoholipitoisuuden noustessa mukaan tulevat lamaannuttavat vaikutukset, kuten esimerkiksi kömpelyys, puheen sammaltaminen ja reagoinnin hidastuminen. (Ivanoff ym. 2007.)

Suomalaisessa kulttuurissa alkoholi on yleisesti hyväksytty, laillinen ja laajasti käytetty päihde, joka liitetään moniin tilanteisiin ja jonka avulla etsitään rentoutusta, helpotusta ja itsensä palkitsemista. Käyttöön vaikuttavat myös sen avulla koetut myönteiset vaikutukset. Alkoholin käyttö jakaa kuitenkin varsin mustavalkoisia mielipiteitä; alkoholinkäyttö on yleistynyt ja arkipäiväistynyt, mutta alkoholiongelmaiset tuomitaan melko jyrkästi. Suurin osa alkoholia käyttävistä ihmisistä ei kärsi käytön vuoksi vakavista ongelmista. (Havio, Inkinen & Partanen 2008, 53.)

Alkoholin imeytyminen alkaa jo suussa ja noin neljännes alkoholimäärästä imeytyy mahalaukusta ja suurin osa suolistosta. Verenkierron avulla alkoholi kulkeutuu nopeasti kehon eri osiin ja jakautuu tasaisesti elimistön vesiosaan. Huonon rasvaliukoisuutensa vuoksi vain pieni osa alkoholista imeytyy rasvakudokseen. Miehen ja naisen elimistön vesi- ja rasvapitoisuuden erot vaikuttavat siihen, että painokiloa kohden suhteutettu alkoholiannos aiheuttaa naiselle 15–20 % korkeamman alkoholipitoisuuden kuin miehelle. Alkoholin vaikutusten eroihin vaikuttavat muun muassa ikä, paino, sukupuoli, sairaudet, mielentila, raskaus, ympäristö ja lääkitys. Alkoholi poistuu elimistöstä joko hajoamalla muiksi aineiksi tai sellaisenaan hengitysilman, hien ja virtsan kautta. Alkoholista suurin osa palaa maksassa. Tunnissa alkoholia poistuu noin yksi gramma jokaista kymmentä kiloa kohti. Yksi alkoholiannos on 12 grammaa. Promille tarkoittaa, että litrassa verta on yksi gramma puhdasta alkoholia. Tunnin aikana sitä poistuu yksilön erot huomioon ottaen noin 0,12–0,16 promillea. (Havio, Inkinen & Partanen 2008, 70.)

Yksi alkoholiannos on 12 grammaa eli käytännössä pullo (33 cl) keskiolutta tai siideriä, lasi (12 cl) mietoa viiniä, pieni lasi (8 cl) väkevää viiniä tai ravintola-annos (4 cl) väkeviä. Terveellä aikuisella kohtuullisen alkoholinkäytön raja-arvot ovat seuraavat: miehillä 0–24 annosta ja naisilla 0–16 annossa viikossa tai miehillä 7 annosta ja naisilla 5 annosta kerralla. Esimerkiksi 0,5 litran tuoppi keskiolutta tai siideriä (maksimi 4,7 %) vastaa 1,5 alkoholiannosta ja 0,5 litran pullo väkeviä (32–40 %) vastaa 13 alkoholiannosta. (Alko 2011; Päihdelinkki 2011.)

5 ALKOHOLIN AIHEUTTAMAT ONGELMAT

5.1 Alkoholin aiheuttamat fyysiset ongelmat

Alkoholimyrkytys. Alkoholimyrkytyksellä tarkoitetaan alkoholin aiheuttamaa vahvaa humalatilaa. Jos aikuisen ihmisen veren alkoholipitoisuus on yli kolme promillea, on hän usein tajuton eli toisin sanoen sammunut, ainakin ajoittain. Sammuminen merkitsee aina potentiaalista hengenvaaraa, sillä muun muassa hengityskeskus saattaa lamaantua. Kuolemaan johtaneissa tilanteissa veren alkoholipitoisuudet ovat usein noin 4 promillea. Akuuttiin alkoholimyrkytykseen kuolee vuosittain Suomessa noin 500 ihmistä. Tappava veren alkoholipitoisuus tosin vaihtelee: alkoholiin tottumattomalla se voi olla kolme promillea, alkoholisteilla jopa 6–8 promillea. (Havio, Inkinen & Partanen 2008, 71.)

Aivojen verenkierron häiriö. Sekä satunnainen että jatkuva alkoholin käyttö altistavat käyttäjän traumaalille, jotka voivat pään alueella aiheuttaa vakavia ja pysyviäkin vammoja. Alkoholisteilla on kaksinkertainen riski sairastua aivoverenvuotoon kuin muulla väestöllä, ja nuorellakin aikuisella voi kovan humalatilan vaikutuksesta syntyä aivovaltimon repeämä tai tukos ja siten aivoinfarkti. Myös päähän kohdistuneet iskut, esimerkiksi humalassa kaatumisen seurauksena, voivat aiheuttaa aivoverenvuotoja. Aivoinfarkti ja aivoverenvuoto voivat aiheuttaa kuoleman lisäksi halvauksia ja puhehäiriöitä. (Havio, Inkinen & Partanen 2008, 71.)

Maksakirroosi. Maksakirroosilla tarkoitetaan palautumattomia kudostuhomuutoksia maksassa ja maksassa voidaan todeta solujen tuhoutumista ja runsasta arpikudoksen muodostumista. Nämä johtavat syihin, joiden vuoksi koko maksan toiminta häiriintyy ja heikkenee. Alkoholi aiheuttaa 60–80 % maksakirrooseista, ja Suomessa siihen kuolee vuosittain 500 ihmistä. Eniten maksakirroosia esiintyy 50–60-vuotiailla, ja se on yleisempää miehillä kuin naisilla. (Holmia, Murtonen, Myllymäki & Valtonen 2008, 485–486.)

Maksan toiminnan häiriintymisestä aiheutuvat oireet tulevat esiin vasta usean vuoden kuluttua. Ensimmäisiä oireita ovat monesti ruoansulatushäiriöt, kuten pahoinvointi ja painon lasku. Myöhemmin potilaalla esiintyy muun muassa keltaisuutta, anemiaa ja kiristävää tunnetta vatsan alueella. Maksan vakavan toimintahäiriön oireita ovat muun muassa suurentunut perna ja verenvuoto ruokatorven limakalvonalaisista suonikohjuista. (Holmia, ym. 2008, 486)

Rasvamaksa. Rasvamaksa edeltää usein maksakirroosia, Rasvamaksassa maksasolujen sisään kertyy rasvaa ja myöhemmin myös solujen ulkopuolelle. Kuten maksakirroosia, myös rasvamaksaa edeltää muun muassa runsas alkoholinkäyttö. Jos rasvamaksa on seurausta runsaasta alkoholin käytöstä, maksan toiminta usein palautuu, mikäli henkilö lopettaa alkoholin käytön. Jos taas runsas alkoholinkäyttö edelleen jatkuu, osalle potilaista kehittyy vuosien kuluessa maksakirroosi. (Holmia, ym. 2008, 486.)

Pinnetilat. Kun humalassa olevan henkilön raaja jää nukkuessa pahaan asentoon, voi siitä aiheutua neuropatioita, hermojen pinnetiloja tai kompressioita tai traumoja. Tällöin hermo kiristyy mekaanisesti, verenkierto raajassa heikkenee ja raajan osa halvaantuu. Tavallisimpia ovat olkapäiväkompressiosta johtuva värttinähermon halvaus, joka aiheuttaa käden roikkumisen sekä pohjehermon halvaus, jolloin jalkaterä riippuu. Pinnetilat paranevat yleensä muutamassa viikossa. (Haavio, Inkinen & Partanen 2008, 71.)

Krapula ja vieroitusoireet. Krapula ja vieroitusoireet johtuvat pääasiassa alkoholin vaikutuksista keskushermostoon. Krapulan syntyyn voivat vaikuttaa myös sisäeritystoiminnan muutokset, erityisesti stressihormonien, adrenaliinin ja noradrenaliinin lisääntynyt erityys. Nämä hormonit aiheuttavat muun muassa hikoilua, jännittyneisyyttä ja vapinaa. Humalan ja krapulan kesto ja voimakkuus riippuvat nautitusta alkoholimäärästä suhteutettuna henkilön ruumiinkokoon. Mitä enemmän on alkoholia juonut, sitä pidempään veressä on alkoholia ja myös sitä pidempään vieroitusoireet kestävät. Krapulassa on kysymys hermostoperäisistä vieroitusoireista. Oireet alkavat 12–48 tunnin kuluttua alkoholin juomisesta. Veren alkoholipitoisuuden kääntyessä laskuun henkilölle

tulee epämiellyttävä olo. Vieroitusoireet ovat pahimmillaan silloin, kun alkoholi on juuri poistunut elimistöstä. Krapulan oireita ovat hermostollinen ärtyvyys, suolisto-oireet, kasvojen ja silmien sidekalvojen punoitus, pahoinvointi ja oksentelu, sydämen lyöntitiheyden nousu, hikoilu, vapina, päänsärky, univaikeudet sekä väsymys. (Haavio, Inkinen & Partanen 2008, 73.)

Delirium tremens. Delirium tremens eli juoppohulluus on yksi alkoholin pitkäaikaiskäytön vakavimpia seurauksia. Ominaista sille ovat sekavuus, unettomuus, ärtyvyys, vapina ja harhaisuus. Autonomisen hermoston ärsytysoireita ovat muun muassa kehon lämpötilan nousu, hikoilu, sydämen syketiheyden lisääntyminen, pupillien laajentuminen ja kalpeus. Potilas on levoton ja jatkuvasti liikkeessä, hän järjestee ja sormeilee esineitä ja vaatteitaan, pälyilee nurkkiin ja voi keskustella harhojensa kanssa. Huomiointi- ja keskittymiskyky ovat häiriintyneet selvästi ja ympäristön tapahtumien tulkitseminen on vääristynyt. Masennus, häpeän ja syyllisyyden tunne, ahdistuneisuus ja alttius itsemurhalle korostuvat voimakkaasti. Myös erilaiset pelkotilat ovat tavallisia, kuten ihmisten kohtaamisen ja kadulla kulkemisen pelko. Tunnereagointi on yliherkkää. Verenpaine on yleensä koholla ja pulssi kiihtynyt, eivätkä rintakipu ja sydäninfarkti ole harvinaisia. Kuolleisuus on 10–15 %. (Havio, Inkinen & Partanen 2008, 74.)

Syöpä. Syöpäsairauksiin sairastumisen riski kasvaa alkoholinkäytön myötä. Alkoholin suurkuluttajilla on vaara sairastua suun, nielun, kurkunpään, ruokatorven ja maksan syöpään. Alkoholilla saattaa olla myös syy-yhteys maha-, rinta-, haima- sekä paksu- ja peräsuolen syövän syntyyn. Myös maksakirroosi ja maksasyöpä liittyvät toisiinsa. (Havio, Inkinen & Partanen 2008, 77.)

5.2 Alkoholin aiheuttamat psyykkiset ongelmat

On arvioitu, että päihdehäiriöisistä nuorista 60–80 % kärsii samanaikaisesti jostain psyykkisestä häiriöstä. Yleisimpiä ovat käytös- ja uhmakkuushäiriöt, depressio, ahdistuneisuushäiriöt sekä tarkkaavaisuuden ja aktiivisuuden häiriö,

kuten ADHD. Usein nuorilla on myös samanaikaisia psykiatrisia diagnooseja. Kun kartoitetaan nuoren päihdekäyttöä, tulee arvioida myös psyykkistä vointia ja itsetuhoisuutta. Päihdeongelmien todennäköisyyttä lisäävät myös ennen päihdekäytön aloittamista ilmenevät lapsuusiän tietyt psykiatriset häiriöt. (Tammi ym. 2009, 51.)

Runsas alkoholinkäyttö aiheuttaa paljon psyykkisiä oireita, kuten esimerkiksi unettomuutta ahdistusta ja paniikkihäiriötä. Se voi aiheuttaa ihmiselle persoonallisuuden muutoksia, kuten aggressiivisuutta, paranoiaa, mustasukkaisuutta ja depressiota. Toisaalta juomisen on todettu myös helpottavan tilapäisesti mielenterveysongelmia, kuten masennusta, itsetunto-ongelmia ja ihmissuhdevaikeuksia, joskus jopa ehkäisevän psykoosin puhkeamista. (Havio, Inkinen & Partanen 2008, 76.)

5.3 Alkoholin aiheuttamat sosiaaliset ongelmat

Nuoruusiän päihdekäyttö on sosiaalista toimintaa, ja harva nuori käyttää yksin alkoholia. Kaveripiiri vaikuttaa vahvasti nuoruusiän päihdekokeiluihin ja käytön säännöllistymiseen. Nuoren päihdekäyttöä ennakoivat kaveripiirin myönteinen asenne päihteisiin, päihteiden käyttö, käytösongelmat kuten aggressiivisuus, toisten omaisuuden tuhoaminen tahallaan ja muu sääntöjen rikkominen. Päihteiden käyttöä voi lisätä seurustelusuhde itseään vanhemman kanssa, ja tämä näkyy erityisesti tyttöjen päihteiden käytössä. (Tammi ym. 2009, 52.)

Päihteitä runsaasti käyttävillä nuorilla kouluvaikeudet, koulunegatiivisuus, huono koulumenestys ja koulusta pinnaus ovat yleisempiä kuin muilla. Kouluongelmat voivat myös ennakoida myöhempää päihdeongelmaa. Ne nuoret, jotka eivät jatka kouluttautumista peruskoulun jälkeen, ovat riskiryhmää päihdehäiriöiden kasaantumiselle. (Tammi ym. 2009, 52–53.)

Länsimaisista nuorista 10–15 % täyttää joko haitallisen alkoholinkäytön tai riippuvuuden kriteerit. Vaikka nuorten päihdehäiriöt ja niihin liittyvät ilmiöt

eroavat aikuisten päihdehäiriöistä, ei niille kuitenkaan ole olemassa omia kriteerejä. Tyypillisiä päihdehaittoja nuorille ovat ongelmat sosiaalisissa suhteissa ja koulunkäynnissä. Lisäksi mielenterveysongelmat, riskinotto, sosiaalisen tuen puute, kouluvaikeudet, tapaturmat, rikokset ja epäterveelliset elämäntavat ovat yleisimpiä niillä nuorilla, jotka käyttävät runsaasti päihteitä. Nuorten päihdekäyttöön tulee puuttua aktiivisesti, sillä varhain aloitettu päihdekäyttö ja nuoruusiän päihdehäiriöt ennakoivat myöhempiä päihdeongelmia. Päihdekäytön aloittamista muokkaavat ympäristötekijät, kuten vanhempien ja kavereiden päihdeasenteet sekä päihteiden saatavuus ja hinta. Perimän ja ympäristötekijöiden yhteisvaikutukset lisäävät riskiä päihteiden käytölle. (Tammi, Aalto & Koski-Jännes 2009, 49–50.)

Päihdehäiriöt ovat myös suuri riski nuorisorikollisuudelle, ja huomattava osa rikoksista tehdään päihtyneenä. Päihdekäyttöä saatetaan myös rahoittaa rikoksia tekemällä. Suomessa nuoruusiän uusintarikollisuuden on osoitettu olevan selvästi yhteydessä päihdekäyttöön. Nuoret päihteiden käyttäjät aloittavat seksin muita aikaisemmin ja heillä on myös enemmän seksikumppaneita. Koska päihtyneenä estot vähenevät, altistaa se riskialttiille seksuaalikäyttäytymiselle. Päihtyneenä esimerkiksi ehkäisy saattaa helposti unohtua, ja sukupuolitaudit, teiniraskaudet ja abortit ovat päihteitä käyttävillä nuorilla yleisempiä. (Tammi ym. 2009, 53.)

Hyvä, huolehtiva vanhemmuus suojaa päihdeongelmilta. Nuorten päihdekäytön riskiä voivat lisätä puutteelliset vanhemmuustaidot, kuten valvonnan puute ja epäjohtonmukainen kurinpito. Perheriidat ja vuorovaikutusongelmat sekä vanhempien ja vanhempien sisaruksien päihteiden käyttö ja päihdeasenteet vaikuttavat nuoren päihteiden käyttöön. Jos vanhemmat itse käyttävät päihteitä, päihteet voivat olla helpommin nuoren saatavilla. Myös raskaana olevan äidin päihteiden käyttö voi lisätä tulevan lapsen päihdehäiriön riskiä tulevaisuudessa. Kasvuympäristöön liittyvät riskitekijät kasaantuvat helposti päihdeongelmaisten vanhempien lapsilla. Nuoret ovat saattaneet kokea traumaattisia tapahtumia elämässään, kuten perheväkivaltaa, kaltoinkohtelua ja seksuaalista hyväksikäyttöä, jotka voivat lisätä nuoren riskejä päihdeongelmille. Päihdeongelmaisten vanhempien lapsilla esiintyy myös paljon käytöshäiriöitä, ja

he ovat temperamentiltaan vaikeampia, ja tämä voi olla riskitekijä kaltoinkohtelulle. Päihderiippuvuus voi periytyä, mutta nuoren päihteiden käytön aloittamiseen vaikuttavat yleensä enemmän ympäristötekijät. (Tammi ym. 2009, 50–51.)

5.4 Nuoren päihderiippuvuus

Harvat nuoret käyttävät alkoholia riippuvuustasoisesti; heiltä puuttuvat vieroitusoireet, vaikka muutama päihderiippuvuuskriteeri täytyisikin. Tällöin on usein kysymys haitallisesta päihteiden käytöstä ja huolestuttavasta käytöksestä. (Koistinen, Ruuskanen & Surakka 2004, 339.)

Fyysinen riippuvuus kehittyy, kun päihteen käyttö aiheuttaa elimistön tottumisen aineeseen ja päihteen lisääntyneisiin käyttömääriin. Elimistö joutuu puutostilaan, jos aineen saanti vähenee tai loppuu kokonaan. Puutostila ilmenee vieroitusoireina, ja ne viestittävät elimistön tarvitsevan lisää kyseistä ainetta. Fyysiset vieroitusoireet vaihtelevat vähäisistä voimakkaisiin ja edelleen jopa hengenvaarallisiin. (Koistinen ym. 2004, 339–340.)

Psyykkisellä riippuvuudella tarkoitetaan sitä, että päihteellä pyritään vaikuttamaan henkilön omaan mielentilaan nopeasti ja tehokkaasti. Riippuvuus syntyy täten päihteen aiheuttamaan tunnetilaan. Psyykkinen riippuvuus voi ilmetä usein pakonomaisena päihteenkäyttötapana, jossa yksilölliset vaihtelut ovat suuria. (Koistinen ym. 2004, 340.)

Sosiaalinen riippuvuus vaikuttaa merkittävästi päihteiden kokeiluun. Ympäristö ja varsinkin kaveripiiri saattavat altistaa tai painostaa päihteiden käyttöön. Jos päihteiden käyttö on ryhmässä hyväksytty, saattaa suurena riskinä olla isojen päihdeannosten ottaminen ja myös päihteiden käyttökertojen lisääntyminen. (Koistinen ym. 2004, 340.)

Vaikka vanhemmat ja huoltajat ovat keskeisessä asemassa reagoinnin ja toiminnan osalta lapsensa kasvattajina, tulee päihdehoitotyössä korostaa myös nuoren omaa vastuuta itsestään. Usein ei tarvita varsinaista päihdehoitoa, vaan asioiden järjestelyt tapahtuvat muilla tukitoimilla, kuten psykiatrisilla tukitoimilla sekä koulun ja harrastusten avulla. Nuoren perheen ja muiden läheisten tuki on tärkeää. Lisäksi kaikki, mikä tukee nuoren päihteetöntä toimintaa, on avuksi.

Vaikka nuoren motivaation löytyminen on joskus vaikeaa, sitä paremmat ennusteet ovat, mitä varhaisemmassa vaiheessa tilanteeseen on reagoitu. Hoitotyön tekijän velvollisuutena on antaa palautetta, ja terveystieteistä, neuvoa, ottaa vastuuta, keskustella vaihtoehtoista ja herättää toivoa. (Koistinen ym. 2004, 340.)

6 ENNALTAEHKÄISEVÄ PÄIHDETYÖ

Nuoret aloittavat päihteidenkäytön usein 10–16 vuoden iässä. Täysi-ikäisyyteen mennessä noin 90 % ikäluokasta on vähintään kerran elämässään kokeillut alkoholia. Käytön säännöllistyminen tapahtuu keskimäärin kolmen vuoden kuluessa ensimmäisestä käyttökerrasta. (Tammi, Aalto & Koski-Jännes 2009, 49.)

Varhaisen puuttumismallien tavoitteena on vähentää päihdeongelmille altistavien riskitekijöiden vaikutusta ja tukea suojaavia tekijöitä. Suositellaan, että päihteiden käyttöön puututaan eri tasoilla ja että useat päihteidenkäyttöön vaikuttavat tekijät huomioidaan samanaikaisesti. Ennen päihdekäytön aloittamista tehtyjen interventioiden tavoitteena on vähentää uusien käyttäjien ilmaantumista, lykätä päihdekäytön aloitusikää ja puuttua muihin riskitekijöihin, jotka mahdollisesti myötävaikuttavat päihdekäyttöön. Tämän jälkeen interventioiden tavoitteina on pysäyttää päihdekäytön jatkuminen tai eteneminen päihdehäiriöksi sekä vähentää päihdekäyttöön liittyviä haittoja ja riskikäyttäytymistä. (Tammi ym. 2009, 55.)

Vaikka päihteiden käyttö aloitetaan yleensä nuoruusiässä, useat päihteiden käytölle altistavat tekijät esiintyvät jo lapsuusiässä, ennen päihdekäytön alkamista. Tämän vuoksi lapsuudenaikaiset riskitekijät tulisi ottaa huomioon varhaisten interventioiden suunnittelussa. Ennaltaehkäisyssä eli preventiossa voidaan erotella kolme toimintatasoa: koko ikäluokkaan kohdennettavat yleiset ehkäisystrategiat, valikoivat ehkäisystrategiat ja kohdennetut ehkäisystrategiat. (Tammi ym. 2009, 55.)

Yleiset ehkäisystrategiat. Koko nuorisolle suunnattuja ennaltaehkäiseviä strategioita ovat esimerkiksi päihdekäytön saatavuutta säätelevät toimenpiteet, kuten päihteiden myynnin ikärajojen valvonta, päihdemarkkinan rajoittaminen sekä alkoholiveron korottaminen, jonka on havaittu vähentävän erityisesti nuorten ikäryhmien alkoholin käyttöä. Koulussa tapahtuva, koko ikäluokan

tavoittava päihdevalistus on tyypillistä, mutta sen näyttö päihdeongelmien ehkäisyssä ei ole kuitenkaan vakuuttava. Valistuksen on todettu lisäävän nuorien tietoutta päihteistä, mutta päihteiden käytön aloittamista ja päihteiden käyttöä sen ei ole havaittu vähentävän verrattuna niihin, jotka eivät ole valistusta saaneet. Perhenäkökulman huomioon ottavien ehkäisystrategioiden, eli vanhempien roolin korostamisen ja vanhemmuuden tukemisen, on todettu vähentävän sekä päihteiden käytön aloittamista että myöhempää päihdekäyttöä. Tärkeää on vanhempien huolenpito, rajojen asettaminen ja vuorovaikutus sekä perheen yhteenkuuluvuuden tunteen kohentaminen ja sisäinen vuorovaikutus. Vanhemmat voivat sopia lasten kanssa kotiintuloajat ja päihdekäytön nollatoleranssin. (Tammi ym. 2009, 55–57.)

Valikoivat ehkäisystrategiat. Valikoivat ehkäisystrategiat kohdistetaan niihin ryhmiin, joilla riski päihdeongelmille on suuri. Tällaisia ryhmiä ovat esimerkiksi päihdeperheiden lapset ja syrjäytymisvaarassa olevat nuoret, kuten koulupudokkaat ja käytöshäiriöiset. Valikoivien ehkäisystrategioiden vaikuttavuudesta on tutkimustietoa huomattavan vähän. Alustavaa näyttöä on kuitenkin siitä, että alkoholiongelmaisten isien perheille suunnattu interventio vähentää lasten käytöshäiriöoireilua ja parantaa perheen sisäistä vuorovaikutusta. Lastensuojelun tarve ja vanhempien hoitoonohjaus tulee ottaa huomioon perheissä, joissa vanhemman päihde- tai mielenterveysongelma haittaa lapsen hyvinvointia. (Tammi ym. 2009, 58–59.)

Kohdennetut ehkäisystrategiat. Kohdennetut ehkäisystrategiat eroavat valikoivista siinä, että kohteena eivät ole ryhmät vaan yksilöt. Kohdennettujen interventioiden käyttöönotto edellyttää seulontaa, ja suomalaisessa kouluterveydenhuollossa päihdekäyttöä kartoitetaan systemaattisesti. Koko ikäryhmälle kohdennettu seulonta ilman tarjolla olevaa hoitoa on kuitenkin epäeettistä. Esimerkkejä kohdennetusta interventiosta ovat nuoren päihdekokeiluihin, säännöllistyvään päihdekäyttöön ja riskialttiisiin päihdekäyttötapoihin puuttuminen. Elämänkaarinäkökulmasta katsottuna nuorten päihdekäyttöön puuttuminen on ennaltaehkäisevää toimintaa, sillä nuorten päihdeongelmat jatkuvat usein aikuisena. Intervention tavoitteena on lopettaa päihteiden käyttö tai pysäyttää sen eteneminen päihdehäiriöksi sekä

vähentää päihdekäytön haittoja ja riskikäyttäytymistä. Lyhytinterventio on eniten käytetty ja tutkittu menetelmä puuttua nuorten päihteidenkäyttöön, ja se vähentää tuloksellisesti nuorten päihdekäyttöä ja muita siihen liittyviä ongelmia. (Tammi ym. 2009, 59.)

Lyhytinterventio. Lyhytintervention sisältö voi vaihdella yksittäisestä keskustelusta viikoittaisiin käynteihin muutaman kuukauden aikana. Lyhytinterventiossa käytetään yleensä motivoivaa haastattelua, jonka tarkoituksena on tukea asiakkaan voimavaroja ja jossa on selkeitä tavoitteita. Usein käytetään myös kognitiivis-behavioraalisia menetelmiä. Myös lyhytinterventiossa tulee ottaa huomioon myös muut hoidolliset syyt, kuten psyykkinen oireilu, kouluvaikeudet ja epäsosiaalinen käyttäytyminen. Lyhytinterventio tulisi olla myös helposti saatavilla ilman leimautumista, esimerkiksi päivystykseen tai kouluterveydenhuoltoon integroituna. Laaja-alaisempi ja strukturoidumpi hoito on tarpeen, jos kyse on säännöllistyvistä riskikäytöstä. (Tammi ym. 2009, 59–60.)

Vanhempien rooli. Nuoren ja hänen vanhempiansa luottamuksellinen ja toimiva suhde on tehokkaimpia päihteidenkäytön ehkäisykeinoja. Vanhempien antama toimintamalli on myös merkityksellinen nuoren päihdekokeiluissa ja päihdekäytössä. Vanhempien on myös tärkeää selvittää, missä nuori ystävineen liikkuu ja mitä tekee, sillä mitä vähemmän vanhemmat tietävät, sitä enemmän päihdekäyttöä on. Nuoret monesti kokevat, että vanhemmat eivät ymmärrä heitä ja heidän maailmaansa ja keskustelut voivat päättyä riitelyyn. Vanhempien ja nuoren on kuitenkin tärkeää keskustella nuorelle asetettavista rajoista ja perheen suhtautumisesta päihdekäyttöön, sillä näin voidaan vähentää päihteiden tavoiteltavuutta ja myös niihin liittyvää uteliaisuutta. (Ivanoff ym. 2007, 220.)

Päihteidenkäytön ennaltaehkäisyssä nuorelle tulee välittää asiallinen ja kriittinen suhtautuminen päihteisiin ja niiden käyttöön. Päihteiden kokeilu ei välttämättä houkuttele, jos niiden käyttöön ei liitetä mitään tavoiteltavaa tai hienoa. Nuorelle

tulee antaa tietoa päihteidenkäytön riskeistä ja sen aiheuttamista vaaroista. Nuoren itsetunnon vahvistaminen on tärkeää, sillä vahva itsetunto auttaa vastustamaan ryhmän painetta ja kieltäytymään päihteistä, vaikka muut siihen sortuisivatkin. (Ivanoff ym. 2007, 220.)

7 ALKOHOLIN KÄYTÖN TUTKIMUKSEN HISTORIAA

Nuorten alkoholin käyttöä Suomessa, jotka käsittelevät alkoholinkäyttöä, on tutkittu melko paljon, varsinkin isoilla paikkakunnilla. Varhaisimmat julkaisut Suomessa ovat vuodelta 1952. Tiedossa ovat *Nuorisotutkimus* sekä Pekka Kuusen yleisteos, *Väkijuomakysymys*. Tätä tutkimusta tehtäessä ei kannettu vielä huolta nuorten juomatavoista. *Nuorisotutkimuksen* johtopäätös oli, että nuoret käyttivät alkoholijuomia suhteellisen vähän, ja teosten yhteinen piirre oli, ettei nuorten juomakulttuuria eroteltu lainkaan ongelmaksi. Kuitenkin huolenaiheena oli nuorten juopumuspidätysten kasvu. (Tigerstedt 2007, 10–12.)

1950-luvulla *Valtakunnallisessa nuorisotutkimuksessa* saatiin ensimmäinen näyte Suomalaisten nuorten alkoholin- ja huumeidenkäytöstä, jolla voitiin päätellä nuorten silloista päihteidenkäyttökulttuuria. (Ahlström 1982, 3; Tigerstedt 2007, 14.)

1960-luvun alkupuolella nuorten juomistapoja pidettiin jo yhteiskunnallisena ongelmana, tällöin nuorison ajateltiin käyttävän alkoholia yleisesti. Tämän vuoksi tehtiin kysely, jonka tulosten mukaan nuorten alkoholin käyttö oli kuitenkin kohtuullista, mutta kuitenkin melko yleistä. (Bruun 1961, 61, 125; Tigerstedt 2007, 13–14.)

1970-luvulla nuorten alkoholinkäyttö lisääntyi ongelmaksi asti. Eduskunnan talousvaliokunta vuonna 1973 totesi, että varsinkin alle 18-vuotiaiden juopumuspidätykset olivat nousseet huomattavasti. (Tigerstedt 2007, 14–15.) Nuorten alkoholikäyttäytymistä tutkinut Salme Ahlström-Laakso painotti tarvetta kartoittaa nuorten juomakulttuuria ja saada enemmän tietoa heidän alkoholin käytöstään (Ahlström-Laakso 1975, 67). Ahlström-Laakson taustatutkimuksia voidaan pitää yhtenä perustana Nuorten terveystapatutkimus NTTTT:n syntymiseen, joka perustettiin vuonna 1977.

Alkoholin käyttöä nuorilla Suomessa tutkitaan paljon. Usein toistuvilla kyselyillä muodostetaan runko, joiden tutkimustuloksia välitetään tiedotusvälineille sekä

tieteellisille foorumeille. Suuri osa nuorten alkoholikäyttäytymistavoista perustuu kvantitatiiviseen aineistoon. Tunnetuimpia tutkimuksia kyselyillä toteutettuna ovat 1990-luvulla alkunsa saanut Eurooppalainen koulututkimus ESPAD, Nuorten terveystapatutkimus NTHH sekä Kouluterveyskysely. Myös 1980-luvulla maailman terveysjärjestö WHO kiinnostui nuorten juomatapakulttuurista. (Tigerstedt 2007, 9.)

Maalis-huhtikuussa 2010 tehdyn kouluterveyskyselyn (N=103 346, joista 8.- ja 9.-luokkalaisia N=55 460) perusteella Suomessa nuorten alkoholin käytön humalahakuinen juominen vähintään kerran kuukaudessa vähentyi edelliseen vuoteen verrattuna, mutta laittomien huumeiden kokeilu yleistyi. (Puusniekka 2010.)

Kouluterveyskyselyillä on tarkoitus tukea nuoren terveyttä ja hyvinvointia edistävää työtä koulu- ja opiskeluympäristöissä (Terveystieteiden tutkimuskeskus, 2009). Turvallinen koti ja hyvät välit perheenjäseniin edistävät nuoren päihteettömyyttä. Hyvän itsetunnon turvin nuori kykenee tekemään päihteettömiä valintoja. Tyttöjen päihteettömyyttä edistävät päihteetön kaveripiiri, päihteetön ajanvietto ja harrastukset. Tärkeänä poikien päihteettömyyttä edistävänä tekijänä on isän päihteetön esimerkki (Sievänen R. 2005, 5). Kouluterveyskyselyn tutkimuksen mukaan 20–21 prosentilla peruskoulun kahdeksas- ja yhdeksäsluokkalaisilla tiedot päihteistä olivat huonot. Koulu- ja opiskeluterveydenhuoltoon on kehitetty strukturoituja arviointitapoja. Tällaisia ovat esimerkiksi AUDIT-kysely (Alcohol Use Disorders Identification Test) sekä Posit-kysely (Problem Oriented Screening Instrument for Teenagers). (Fjörd ym 2009. 23; Luopa, Lommi, Kinnunen & Jokela 2010, 36.)

Alkoholinkäyttö nuorilla mielletään usein merkiksi pahasta olostai vanhempien riittämättömästä valvonnasta. Suomessa alkoholinkäyttö kuuluu melko olennaisesti aikuisuuteen ja niinpä voidaan ajatella että nuoret haluavat kokea aikuisuuden tunteen. Nykyään nuorilla on varsin hyvä mahdollisuus hakea tietoa päihteistä median ja internetin välityksellä. (Fjörd, Kaltiala-Heino, Ranta, von der Pahlen, Marttunen 2009, 21.)

Suomalaisista nuorista arviolta 5–10 prosenttia täyttää päihdehäiriön kriteerit. Vaikka päihdehäiriön kriteerit eivät nuorella täytyisikään, voi päihteiden käyttö silti olla haitallisella tasolla. Nuoren itsensä sammuksiin juominen sekä viikoittainen humalajuominen ovat oireita, jotka vaativat selvittämistä. Alkoholin liikakäyttö voi aiheuttaa tapaturma-alttiutta, riskikäyttäytymistä sekä somaattisia, psyykkisiä ja sosiaalisia ongelmia. (Laukkanen, Shemeikka, Viinamäki, Pölkki & Lehtonen 2001, 271-277) Alle 12-vuotiaiden juominen humalatarkoitukseen on Suomessa harvinaista. Jos sellaista esiintyy, on siihen puututtava välittömästi. Tutkimusten mukaan on kaksi teoriaa nuorten alkoholin käytön aloittamisessa: nuorisokulttuurinen malli ja syrjäytymismalli. Selitys nuorisokulttuurisessa mallissa alkoholin merkitys on osa juhlintaa ja vapaa-aikaa. Päihteiden käyttöä tavataan sosiaalisissa tilanteissa, ja niistä kieltäytyminen on vaikeaa. Yleistä nuorten ajattelutavassa on, että päihteiden käyttö on hallinnassa eikä siitä aiheudu ongelmia. Syrjäytymisteoriassa päihteiden käyttö on yksi askel syrjäytymiseen. Nuoria tulisi kannustaa mahdollisimman myöhäiseen ikään alkoholin käytön aloittamisessa, jos he alkoholia haluavat kokeilla. (Fjörd ym. 2009, 17, 21.)

Nuorten alkoholin käyttöä voi ehkäistä tai puuttua siihen varhain kyselemällä ja olemalla kiinnostunut nuoren asioista. Nuoret harvoin itse hakeutuvat sosiaali- tai terveyshuollon ammattilaisen puheille liiallisen alkoholin käytön vuoksi. Terveystarkastusten yhteydessä on hyvä kartoittaa nuoren alkoholin käyttöä ja suhtautumista siihen, ja myös eri harrastusryhmien vetäjät voivat olla asialla kysymässä nuoren alkoholin käytöstä, jos liikakäyttöön on epäilystä. (Fjörd ym. 2009, 23.)

8 TUTKIMUKSEN TARKOITUS JA TUTKIMUSONGELMAT

Opinnäytetyömme tarkoituksena oli selvittää Alahärmän ja Toholammin yläasteiden 8.- ja 9.-luokkalaisten alkoholinkäyttöä ja alkoholikulttuuria. Nuoret olivat saaneet kertoa muun muassa, missä, koska, kenen kanssa ja kuinka paljon alkoholia he käyttivät, mistä nuori sai tarvittaessa hakea apua ongelmiin alkoholin käytön suhteen ja mitkä asiat vaikuttivat alkoholin käytön vähentämiseen ja mahdollisesti myös lopettamiseen. Halusimme kartoittaa nuorten alkoholin käyttöä nykypäivänä ja kertoa työn tuloksista nuorille ja heidän vanhemmilleen mutta myös koulumaailmaan edistämään ennaltaehkäisevää työtä alkoholin käytön suhteen.

Työmme tutkimusongelmat olivat:

1. Millaista on nuorten alkoholinkäyttö pienillä paikkakunnilla?
2. Miten nuorten alkoholinkäyttöä voisi ennaltaehkäistä?

Tutkimuksemme käsittää nuorten alkoholinkäytön sekä sen ennaltaehkäisyn pienillä paikkakunnilla. Rajasimme tutkimusjoukon 8.- ja 9.-luokkalaisiin suuren oppilasmäärän takia sekä siksi, että yläkouluiässä nuoret irrottautuvat vanhemmistaan ja ovat näin ollen kokeilunhaluisia. Rajasimme tutkimuskysymykset näihin aiheisiin, sillä halusimme selvittää omien kotipaikkakuntien nuorten alkoholikulttuuria tänä päivänä sekä mahdollisuuden käyttää tuloksia hyväksi ennaltaehkäisyn näkökulmasta ja soveltaa tätä tuleviin ammatteihimme.

9 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN

9.1 Tutkimusaineisto ja tutkimusmenetelmät

Kohderyhmä. Tutkimukseen osallistuivat Alahärmän ja Toholammin 8.- ja 9. luokkalaiset. Oppilaita oli yhteensä 247, joista alahärmäläisiä oppilaita oli 128 ja toholampilaisia oppilaita 119. Rajasimme kohderyhmän näihin kahteen luokkaan, sillä mielestämme tähän ikäluokkaan kuuluvat nuoret kokeilevat jo omia rajojaan ja ovat aikuistumisen kynnyksellä. Tämän vuoksi myös alkoholinkäyttö kuuluu jo monella viikonloppujen ja lomien viettoon. Lisäksi on kiinnostavaa tutkia alaikäisten nuorten alkoholikulttuuria. Tarkoituksena oli myös seurata, muuttuuko nuorten alkoholinkäyttö näiden kahden vuoden aikana.

Tutkimusaihe on vuosi vuodelta ajankohtaisempi, ja ajoittain saamme kuulla nuorten alkoholin aiheuttamista kuolemista ja sairaalahoitoon joutumisesta alkoholin käytön seurauksena, mutta voimme myös nähdä kaupungilla kulkevien, humalassa olevien nuorten olevan yhä nuorempia. Lisäksi koulutuksemme ja kesätöiden aikana olemme olleet tekemisissä nuorten kanssa, joilla alkoholinkäyttö on niin sanotusti lähtenyt käsistä. Halusimme selvittää, miten omien paikkakuntiemme nuoret käyttävät alkoholia tänä päivänä. On myös mielenkiintoista verrata tuloksia siihen, millaista alkoholinkäyttö oli omina yläastevuosinamme. Haluamme myös selvittää, millä keinoilla nuorten alkoholinkäyttöä voisi vähentää ja ennaltaehkäistä.

Aloitimme tutkimuksen ja kyselylomakkeen suunnittelun keväällä 2009. Syksyllä 2009 olimme opiskelijavaihdossa, minkä vuoksi tutkimuksen tekoon tuli tauko. Kyselylomakkeen suunnittelimme loppuun keväällä 2010, ja samana keväänä suoritimme kyselyt yläkouluissa. Emme esitestanneet kyselylomaketta, mutta mietimme kysymyksiä tehdessämme, miten saisimme mahdollisimman kattavat vastaukset tutkimuskysymyksiimme. Ohjaavalta opettajalta saimme apua kysymysten muotiluun ja hiomiseen. Kysely järjestämisestä pyydettiin lupa

yläkoulujen rehtoreilta. Veimme kyselylomakkeet kouluille, joissa opettajat jakoivat ne luokissa oppilaille.

Vastaavanlaisia kyselyitä on tehty Toholammille viimeksi vuonna 2008, Alahärmään kyselyjä ei ole tehty ainakaan menneinä lähivuosina. Tutkimus on kvantitatiivinen eli määrällinen. Hankimme aineiston puolistrukturoidulla kyselylomakkeella (LIITE), joka sisältää monivalintakysymysten lisäksi myös avoimia kysymyksiä.

Kyselymme kysymyksistä pääosa antoi vastauksia ensimmäiseen tutkimusongelmaan. Olimme kuitenkin asettaneet nuorille kysymyksiä pohtia myös alkoholinkäytön ennaltaehkäisyä ja näillä kysymyksillä haimme vastauksia toiseen tutkimusongelmaamme.

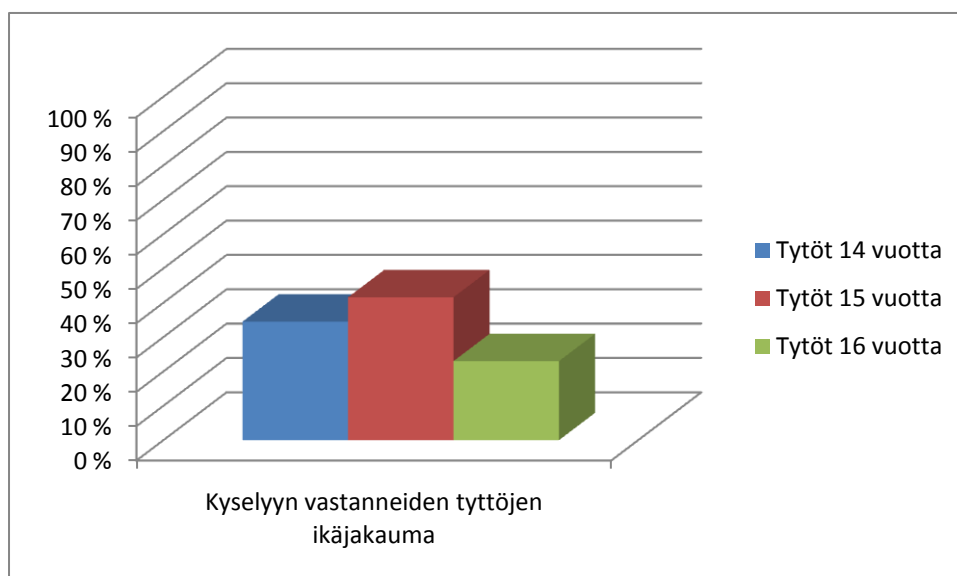
9.2 Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus

Luvan kyselyn järjestämiseen saimme yläkoulujen rehtoreilta. Oppilaiden henkilöllisyys ei tule ilmi tutkimuksen vaiheissa, sillä kyselylomakkeet palautettiin nimettöminä ja ne käsiteltiin luottamuksellisesti. Luotettavuuteen tosin vaikuttaa se, että opettajat jakoivat kyselyt oppilaille ja oppilaat täytettyään kyselyn palauttivat sen jälleen opettajalle. Tämän jälkeen opettajat toivat lomakkeet täytettyinä meille. Koska luokat kaikki oppilaat täyttivät kyselyt yhtä aikaa, ei meillä ollut mahdollisuutta olla mukana tilanteessa.

Kyselyiden vastukset vaikuttavat tuloksiin, joten vastaajilta odotetaan rehellisyyttä, joka ei valitettavasti aina kuitenkaan toteudu. Kohderyhmään kuuluvat 8.- ja 9.-luokkalaiset, joten vastausten määrä on suuri ja täten myös tulokset ovat varmempia. Tarkoituksena on myös tehdä kyselystä mahdollisimman kiinnostava ja kattava, että nuorilla olisi mielenkiintoa vastata siihen rehellisesti. Työmme pohjana käytämme uusimpia tutkimuksia ja kirjallisuutta.

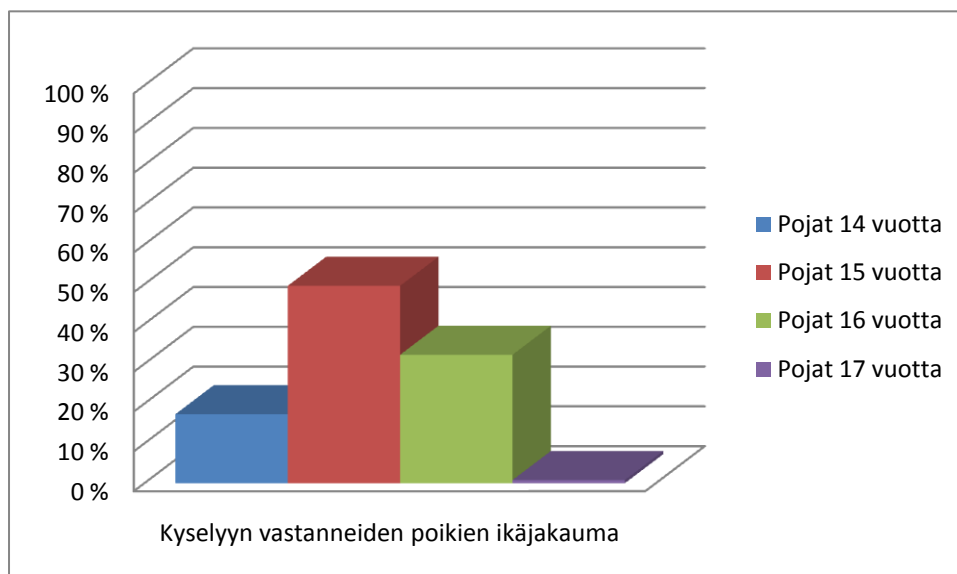
10 NUORTEN ALKOHOLINKÄYTTÖ PIENILLÄ PAIKKAKUNNILLA JA NUORTEN ALKOHOLINKÄYTÖN ENNALTAEHKÄISY

Keräsimme kyselyt Toholammin ja Alahärmän 8.- ja 9.-luokkalaisilta, jotka olivat iältään 14–17 -vuotiaita. Alahärmästä kyselyitä tuli 128 kappaletta ja Toholammilta 119 kappaletta. Alahärmän kyselylomakkeista poistimme viisi kappaletta ja Toholammin kyselylomakkeista kolme kappaletta niiden asiattomuuden takia. Kaiken kaikkiaan kyselyitä analysointiin saimme 239 kappaletta. Tyttöjä yhteensä oli 113 kappaletta vastaajista ja poikia 126 kappaletta.



KUVIO 1. Kyselyyn vastanneiden tyttöjen ikäjakauma

Kyselyyn vastanneiden tyttöjen osuudesta 14-vuotiaita tyttöjä oli 39 kappaletta eli 35 %, 15-vuotiaita tyttöjä 47 eli 42 % ja 16-vuotiaita tyttöjä 26 kappaletta eli 23 %.



KUVIO 2. Kyselyyn vastanneiden poikien ikäjakauma

Kyselyyn vastanneiden poikien osuudesta 14-vuotiaita poikia oli 22 kappaletta eli 17 %, 15-vuotiaita poikia 63 kappaletta eli 50 %, 16-vuotiaita poikia 41 kappaletta eli 32 % ja 17-vuotiaita poikia 1 kappale eli 1 %.

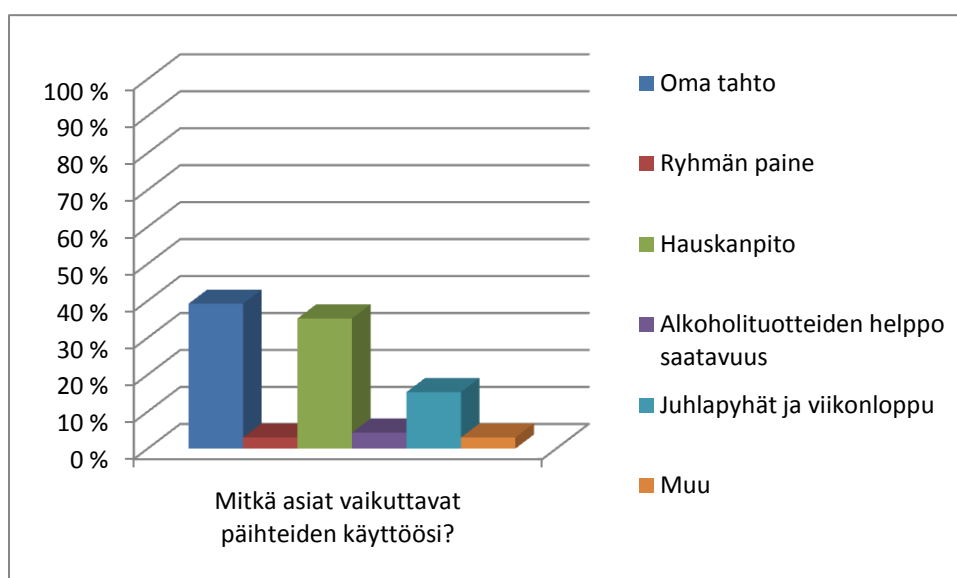
10.1 Kokemuksia päihteiden käytöstä

Vastaajille tehtiin kysymyksiä alkoholin käytöstä ja alkoholikulttuurista, joilla pystyimme arvioimaan nuorten alkoholin käyttötapoja, alkoholimääriä, tietoutta alkoholin haittavaikutuksista ja nuorten saamasta avusta ja tietoudesta alkoholinkäytön ongelmista sekä muissa sen käyttöön liittyvissä asioissa. Kyselylomakkeessa esitettyihin kysymyksiin oli mahdollisuus vastata useampaan eri kohtaan. Nuorista yhteensä 76 (32 %) kertoi, että ei käytä alkoholia ollenkaan.

Kysyimme nuorilta, mitkä asiat vaikuttavat heidän alkoholin käyttöönsä. Suurimmaksi osuudeksi nousi 118 vastaajalla (39 %) oma tahto, joka vaikutti sekä alkoholia käyttävillä että raittiilla nuorilla. Toiseksi eniten valittiin vaihtoehtoa ”hauskanpito” 106 vastaajalla (36 %). Loppuja vaihtoehtoja oli

valittu seuraavasti: juhlapyhät ja viikonloppu 46 vastaajalla (15 %), alkoholituotteiden helppo saatavuus 13 vastaajalla (4 %), ryhmän paine 9 vastaajalla (3 %) sekä muu, mikä 9 vastaajalla (3 %). Muu, mikä -kohtaan nuoret olivat luetelleet seuraavia asioita: ”laki kieltää viinan juonnin alle 18-vuotialta”, ”se on hauskaa”, ”ärsytys”. Osa vastaajista ei osannut perustella valintaansa.

Nuoret kertoivat, että alkoholinkäyttö on oman tahdon varaista toimintaa. Kuitenkin nuoret kertoivat käyttävänsä alkoholia kavereiden kanssa, kavereiden kotona ja saavansa myös kavereiden kautta alkoholia. Kavereilla on siis suuri vaikutus nuoren alkoholin käyttöön, mutta vain hyvin harva nuori oli kertonut ryhmän paineen vaikuttavan omaan alkoholinkäyttöön.

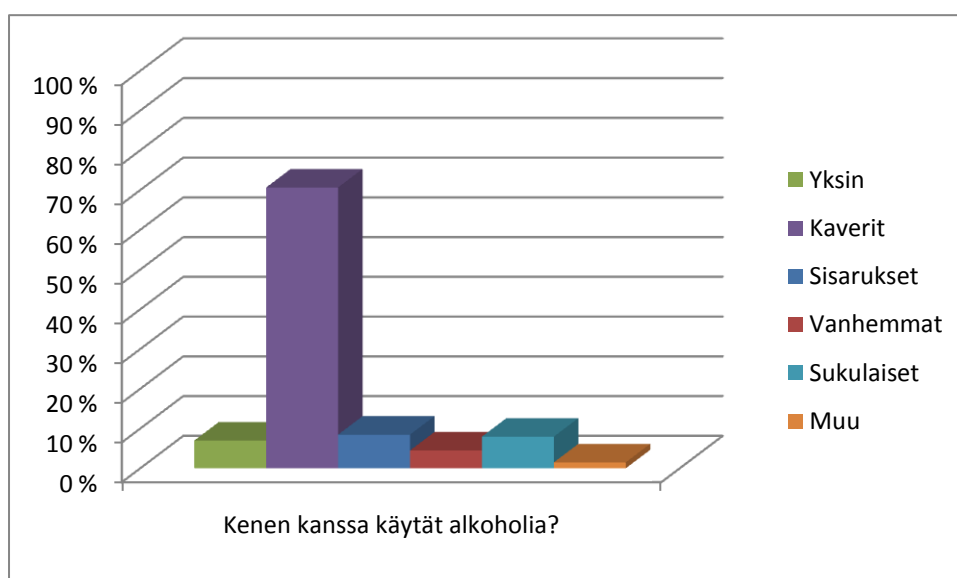


KUVIO 4. Mitkä asiat vaikuttavat päihteiden käyttöösi?

Tiedustelimme nuorilta, kenen kanssa he käyttävät alkoholia. Eniten alkoholia käytetään kavereiden kanssa, ja sen vaihtoehdon oli valinnut 142 vastaajaa (71 %). Toiseksi eniten valintoja sai vaihtoehto ”sisarukset”, jonka oli valinnut yhteensä 17 vastaajaa (8 %) ja lähes yhtä paljon vaihtoehto ”sukulaiset”, jonka oli valinnut 16 vastaajaa (8 %). Yksin-vaihtoehdon oli valinnut vastaajista 14 (7 %), vanhemmat-vaihtoehdon 9 vastaajaa (4 %). 3 vastaajista (1 %) vastasi

käyttävänsä alkoholia jonkun muun kanssa: *"randomit", mumma ja paappa", "poikaystävä"*.

Suurin osa vastaajista mielsi alkoholin käytön sosiaalisesti tapahumaksi ja tämä näkyi myös vastauksissa. Huomattavasti suurin osa siis käytti alkoholia kavereiden kanssa. 7 % vastaajista kertoi käyttävänsä alkoholia yksin, tämä oli vain yhden prosentin ero sukulaisiin ja sisaruksiin. Odotimme, että nuoret olisivat käyttäneet alkoholia enemmän vanhempien sisarusten kanssa, kun taas yksin alkoholia käyttävien nuorten määrän oletimme olevan pienempi. Jäimme miettimään, millaisessa tilanteessa nämä yksin alkoholia käyttävät nuoret ovat; onko taustalla mahdollisesti syrjäytymistä, kiusaamista, masennusta tai muita vastaavia ongelmia.



Kuvio 5. Kenen kanssa käytät alkoholia?

Kysymykseen, kuinka usein käytät alkoholia, 63 vastaajaa (40 %) kertoi käyttävänsä alkoholia kerran kuukaudessa. 34 vastaajaa (22 %) kertoi käyttävänsä alkoholia useammin kuin kerran kuukaudessa. Vaihtoehdon "kerran vuodessa" ja "ei lainkaan" oli valinnut 13 vastaajaa (8 %). Kerran viikossa alkoholia käyttäviä oli 15 (9 %) ja useammin kuin kerran viikossa alkoholia käyttäviä 4 (3 %).

Odotettua suurempi määrä vastaajista (9 %) käytti alkoholia useammin kuin kerran viikossa. Ihmettelimme, miten näinkin suuri määrä nuorista juo alkoholia enemmän kuin kerran viikossa. Mietimme, ovatko nuorten vanhemmat tietoisia lastensa tekemisistä viikonloppuisin, ja jos ovat, miksi tilanteeseen ei puututa. Yläkoulu on nuorten tulevaisuuden kannalta tärkeää aikaa, joten nuoret voisivat käyttää vapaa-aikansa hyödyllisemmin.



Kuvio 6. Kuinka usein käytät alkoholia?

10.2 Terveysongelmat

Kyselylomakkeessa avoimena kysymyksenä kysyimme nuorilta ikäluokittain, minkälaisia alkoholinkäytön aiheuttamia terveysongelmia johtuen he tietävät. 14-vuotiaat tytöt osasivat kertoa hyvin alkoholin haittavaikutuksista. He luettelivat suurimmaksi osaksi fyysisiä ongelmia, joita alkoholin käyttö aiheuttaa.

14-vuotiaiden tyttöjen vastauksia: *"Alkoholismi, riippuvuus, maksakirroosi, maksa kärsii, vaikutus aivoihin, kunto heikkenee, maksa tuhoutuu, aivot*

tuhoutuu, aivosolut tuhoutuvat, aivosolut kuolee, sydänongelmat, oppimis- ja keskittymiskyky huononee, sammuminen, humalan vaaratilanteet, maksasyöpä, maksasairaudet, päihtyminen, krapula, alkoholimyrkytys, krapula, oksentaminen, alkoholismi.”

15-vuotiaat tytöt olivat luetelleet laajemmin ja tarkemmin fyysisiä alkoholin aiheuttamia ongelmia. He osasivat yhdistää myös psyykkisiä sekä sosiaalisia ongelmia 14-vuotiaita tyttöjä paremmin.

15-vuotiaiden tyttöjen vastauksia: *”Aivot tuhoutuu, maksa menee pilalle, maksahommelit, aivot surkastuu, aivojen toiminta heikkenee, muisti heikkenee, syöpäriski, syöpä, riippuvuus, menee sekasin, harkintakyky heikkenee, elimistö kärsii, oksentelu, päänsärky, humalassa voi turmella itseään, juoppous, ei toimi järkevästi, sekavuus, lihominen, maksakirroosi, kaljamaha, käytös muuttuu, maksa hajalla, krapula, munuaisten vajaatoiminta, mielenterveysongelmat, vatsahaava, aivohalvaus, kunto huononee, aivosolut tuhoutuu, tiedän monia ongelmia.”*

16-vuotiaiden tyttöjen vastaukset olivat hyvin niukkoja ja he olivat kertoneet lähinnä fyysisiä ongelmia. Se saattoi johtua tämän ikäisten tyttöjen vastaajien vähäisemmästä lukumäärästä, mikä oli 23 %. Seuraavassa 16-vuotiaiden tyttöjen vastauksia: *”Maksavauriot, aivovauriot, aivosolut tuhoutuu, kunto heikkenee, riippuvuus, maksakirroosi, krapula, morkkis, alkoholimyrkytys, harkintakyky heikkenee, mielenterveysongelmat, aivot kärsii, rasvamaksa.”*

14-vuotiailla pojilla oli myös hyvin niukkoja vastauksia. Kaikista kyselyyn vastanneista pojista 17 % oli 14-vuotiaita, minkä ajattelimme vaikuttavan asiaan. He miettivät seuraavia alkoholin haittavaikutuksia: *”Sydänsairaudet, solujen tuhoutuminen, maksa heikkenee, voi delata, muistin menetys, alkoholismi, ÄÖ laskee, riippuvuus, sekavuus, kaljamaha, maksasairaudet, krapula, alkoholismi, syöpä.”*

15-vuotiaat pojat tiesivät alkoholin vaikuttavan pysyvästi elimistöön. He erittelivät melko laajasti sekä alkoholin fyysisiä että psyykkisiä haittavaikutuksia.

He erittelivät muita vastaajia paremmin alkoholin välittömiä vaikutuksia, kuten väkivaltaisuuden, aggressiivisuuden sekä puheen sammaltamisen. Seuraavassa muita 15-vuotiaiden poikien vastauksia: *”Syöpä, tuhoaa aivosoluja, vaikuttaa pysyvästi, alkoholismi, krapula, päänsärky, jotakin aivoihin liittyvää, vaikuttaa pysyvästi sisäelimiin ja aivoihin, humaltuneena toilailut, muistinmenetykset, lihoaminen, sydänsairaudet, alkoholimyrkytys, alkoholiriippuvuus, alkoholismi, aggressiivisuus, väkivaltaisuus, puhe sammaltaa, riippuvuus, maksa tuhoutuu, solut tuhoutuu, kunto heikentyy, humaltuminen, sekaisuus, näkö hämärtyy, elinikä lyhenee, kihti.”*

16–17 -vuotiailla pojilla ei ollut paljoa vastauksia, mutta kuitenkin heillä oli lueteltuna eri osa-alueilta melko laajasti alkoholin aiheuttamia terveysongelmia. He tiesivät sairauksien ja muiden fyysisten oireiden ohella kertoa sosiaalisten ongelmien lisääntyvän sekä huonon omantunnon merkityksen alkoholin juonnin jälkeen. *”Sosiaaliset ongelmat, maksavauriot, sydänkohtaus, aivovammat, aivot liukenee, maksavaivoja, juopuneena saadut vammat, aivosolujen kuolemat, aivot kärsii, maksasairaudet, alkoholimyrkytys, aivosoluja kuolee, sisäelinvauriot, se on epäterveellistä, krapula, oksentelu, huono omatunto, elimistö vioittuu, maksakirroosi, tiedän aika paljon terveysongelmia.”*

Terveysongelmista huolestuminen. Kysyimme ikäluokittain avoimena kysymyksenä myös, miten alkoholin aiheuttamat terveysongelmat huolettavat heitä. 14-vuotiaat tytöt eivät vastausten mukaan olleet miettineet paljoakaan terveysongelmien huolestuttavuutta omassa elämässään. He olivat vastanneet seuraavasti: *”Eivät huoleta, rattijuopot, eivät huoleta mitenkään, koska juon vain vähän, aiheuttaa syöpää, huolettavat jonkin verran”.*

15-vuotiaat tytöt olivat jo selvästi enemmän miettineet, kuinka terveysongelmat huolettavat heitä heidän omassa elämässään sekä muiden nuorten elämässä. Vastaukset jäivät kuitenkin melko pinnallisiksi ja yleisluonteisiksi. He vastasivat seuraavasti: *”En ole ajatellut asiaa, nuoret alkoholisoituvat ja pilaavat elämänsä riippuvuuden myötä, minusta tulee itsevarmempi, vähän huolettaa, lihoo, kunto heikkenee, ei huoleta, maksasairaudet.”*

16-vuotiaat tytöt olivat vastanneet melko samalla tavalla kuin vuotta nuoremmat tytöt. Heidänkin vastauksensa jäivät hyvin yleisluonteisiksi. Seuraavassa heidän vastausesimerkkejään: *”Jos tulee riippuvaiseksi alkoholista, niin sitten on elämä pilalla, terveysongelmat, eivät ne huoleta minua, terveysongelmat huolettavat paljon, jos itselle tai muille tapahtuu jotain pahaa, aivojen toiminta heikkenee, joskus vähän huolettaa.”*

Pojista taas osa 14-vuotiaista kertoi, että heitä huolettaa, kun yhä useammat nuoret juovat. Vastauksia tuli tähän osaan vähäisesti. Seuraavassa esimerkkejä 14-vuotiaiden poikien vastauksista: *”Eivät huoleta mitenkään, reaktiokyky huononee, niihin voi kuolla, en haluaisi kuolla alkoholiongelmiiin.”*

15–17 -vuotiailla pojilla vastauksia oli vähän, hekään eivät osanneet ajatella alkoholin aiheuttamia terveysongelmia vakavasti vielä tässä elämän vaiheessaan. Heidän vastauksiaan: *”Lyhentävät elinikää, en osaa ajatella mitään ongelmia vakavasti, en tiedä, seuraavan päivän krapula, ei huoleta, aivot tuhoutuu, ongelmat huolettavat paljon, ei mitkään, ei tule paljon käytettyä, en tiedä, ei huoleta, ei huoleta, kun en käytä, sattuu päähän, vähän huolettaa, sanoin kuvaamatonta, eivät huoleta vielä mitenkään.”*

10.3 Käyttäytymisen muutokset nuorissa alkoholia käytettäessä

Kysyimme, miten nuorten mielestä alkoholin käyttö muuttaa heidän omaa käyttäytymistään. Halusimme kartoittaa, kuinka eri-ikäiset nuoret kokevat alkoholin aiheuttamat muutokset elimistössään ja käytöksessään.

Ne 14-vuotiaat tytöt, jotka ilmoittivat käyttäneensä alkoholia, kertoivat seuraavia muutoksia itsessään: *”Olen puheliaampi, olen rohkeampi, puhun enemmän, voi tulla vihaiseksi tai hilpeäksi, en tiedä, ei mitenkään, on mukavampaa, rentouttaa, alkaa naurattaa, estot vähenee, on jännää, oon äänekkäämpi, olen rasittava.”*

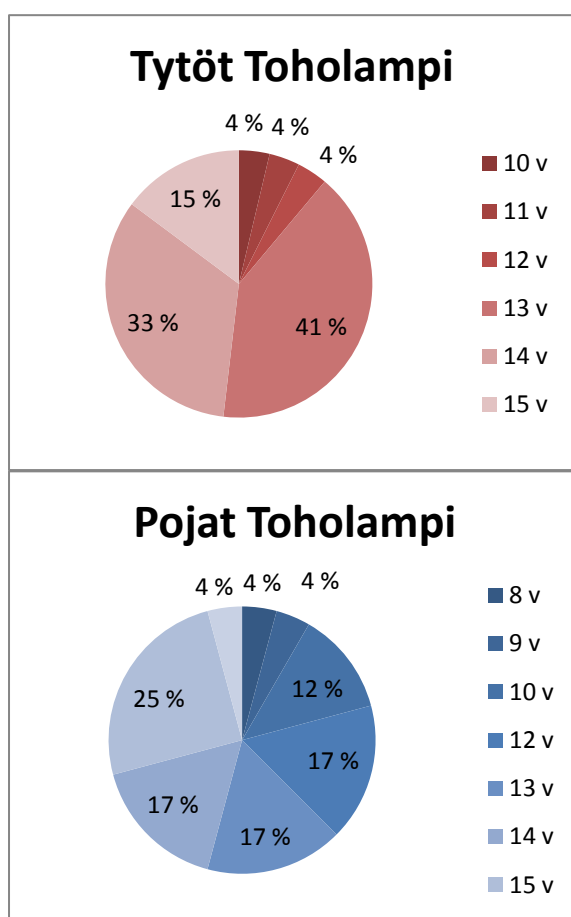
15-vuotiaat tytöt olivat huomanneet hilpeyttä ja rentoutta lisäävää muutosta itsessään. Huolestuttavaa oli uhkarohkeuden ja väkivaltaisuuden lisääntyminen alkoholia käytettäessä. Seuraavassa 15-vuotiaiden tyttöjen esimerkkejä: *"Puheliaampi, rennompi, joskus ehkä väkivaltainenki, naurattaa, aggressiivisuus, sosiaalisempi, uhkarohkea, tekee tyhmyyksiä, oon ihanampi, tulee huomattavasti puheliaampi ja rohkeampi, en juon niin paljoa, että muuttaa käyttäytymistäni, ei mitenkään kun en käytä, ärtyisyys, iloisuus, hihhulimpi, muuttaa huonoon suuntaan, yllytyshullu."*

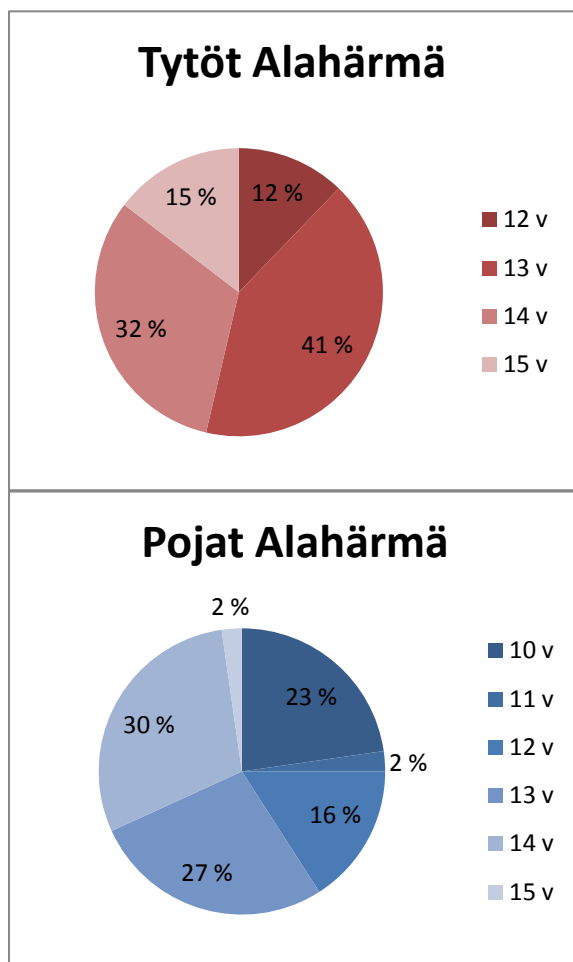
16-vuotiailla tytöillä oli hyvin samankaltaisia vastauksia kuin vuotta nuoremmilla tytöillä: *"Teen ja sanon asioita, joita en selvänä tekisi, käyttäydyn 'ääliösti', oon iloisempi, tulee haus Kempaa, nauraa herkemmin, ei mitenkään, olen puheliaampi ja uhkarohkeampi, ylisosiaalisuus, aggressiivisuus, uskaliaampi, tekee kaikkea hullua, ei estoja, rohkeampi, sekava, ei tajua mitään."*

Kaikkien vastanneiden poikien vastaukset olivat hyvin samankaltaisia. 14-vuotiaat pojat olivat nimenneet seuraavia muutoksia: *"Ei mitenkään, puheliaampi, se piristää."* 15-vuotiaat pojat taas kokivat itseluottamuksen lisääntyvän alkoholia käytettäessä. Murrosikä on tunteiden osalta vaihtelevaa aikaa ja mahdollisesti pojat kokevat alkoholin tekevän heistä rennompia ja päihtyneessä tilassa he uskaltavat tuoda itseään enemmän esille. Seuraavassa 15-vuotiaiden poikien vastauksia: *"Sanoo asiat suoremmin, minusta tulee humoristisempi, ei lainkaan, eipä paljoa mitenkään, olen leppoinen, tulee rennompi, itseluottamus kasvaa, rohkeampi, puheliaampi, muuttaa pahaan suuntaan, olo tulee vaarattomaksi, muuttaa sekavammaksi, mukavampi olo, rennompi, hilpeämpi, ei muuta mitenkään, iloisempi, läppä lentää, haus kempi, väsyttää, avoimempi ei niin ujo."*

16–17 -vuotiailla pojilla oli samankaltaisia vastauksia kuin nuoremmillakin pojilla: *"En ole huomannut mitään, muuttuu rennompaan suuntaan, äänen voimakkuus suurenee, en tiedä, ei muuta, sekavuus, seinähulluus, tyhmyys, hauskaa, tulee jammusetä, rentoutuu, epävarma käyttäytyminen, ei tajua mitä tekee, ei mitenkään, juon niin vähän ja harvoin."*

Ensimmäinen kokemus alkoholin käytöstä. Kysyimme nuorilta, milloin he ovat juoneet alkoholia ensimmäisen kerran. Seuraavassa diagrammit Toholammin ja Alahärmän kohdalta, jotka näyttävät prosentuaalisen määrän. Tähän kysymykseen vastasi Toholammilta 27 tyttöä ja 26 poikaa. Alahärmästä vastasi 41 tyttöä ja 44 poikaa. Vastauksista ilmenee, että tyttöjen keskimääräinen alkoholin ensimmäinen kokeilukerta sijoittuu sekä Toholammilla että Alahärmässä 13 ikävuoteen. Poikien tapauksessa Toholammilla keskimääräinen ikä sijoittuu 12–14 ikävuoteen ja Alahärmässä 13–14 ikävuoteen. Tulokset olivat aika lailla samoja molempien paikkakuntien alueella. Myös valtakunnallisten tutkimusten mukaan nuorten ensimmäinen alkoholin kokeilukerrat sijoittuvat 13 ikävuoteen, juuri ala- ja yläkoulun siirtymävaiheeseen.



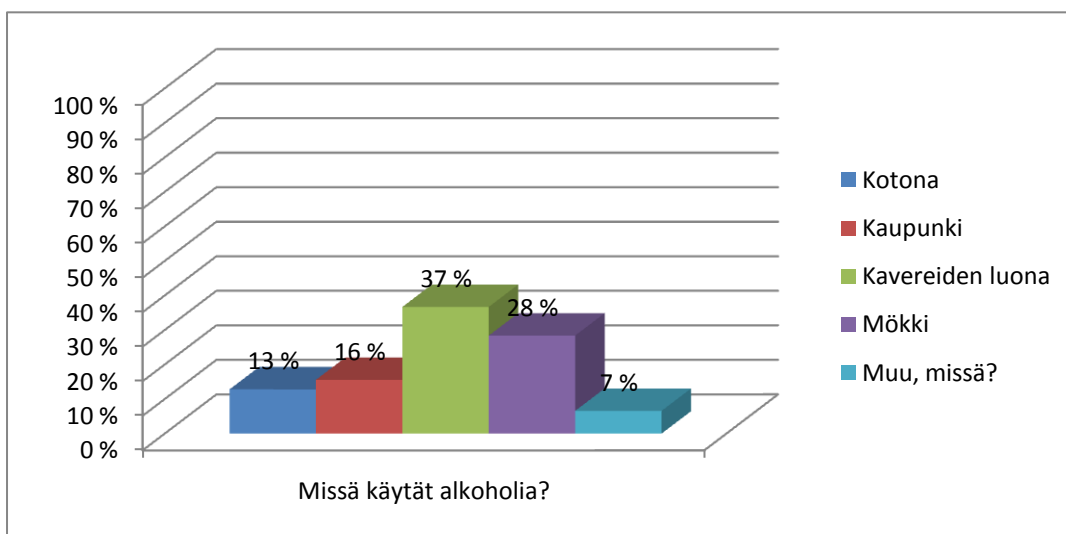


KUVIO 7. Sukupuoli- ja ikäjakauma ensimmäisen alkoholin käyttökerran kokemuksista

”Ryypypaikat” Kartoitimme missä paikoissa nuoret käyttävät alkoholia. Kyselyn mukaan kotona alkoholia kaikista tytöistä käytti 16 vastaajaa (11 %) ja kaikista kyselyyn vastanneista pojista 21 vastaajaa (14 %). Kaupungissa alkoholia käyttää kaikista tytöistä 24 vastaajaa (14 %) ja kaikista pojista 21 vastaajaa (14 %). Kavereiden luona alkoholia kulutti kaikista tytöistä 53 vastaajaa (38 %) ja kaikista pojista 53 vastaajaa (36 %). Mökillä alkoholia kaikista tytöistä kulutti 38 vastaajaa (27 %) ja kaikista pojista 44 vastaajaa (30 %). Muualla, missä -kohtaan kaikista tytöistä käytti 9 vastaajaa (6 %) ja kaikista pojista 10 vastaajaa (7 %). Muualla, missä? -kohtaan tytöt vastasivat seuraavasti: *”Joka paikassa, kylällä, baarissa, festareilla, bileissä, pippaloissa.”*

Poikien vastaukset tähän kysymykseen olivat: *”Veljen luona, juhlissa, kylällä, kylillä, siellä missä on paikka, autossa, festareilla, kaikkialla.”*

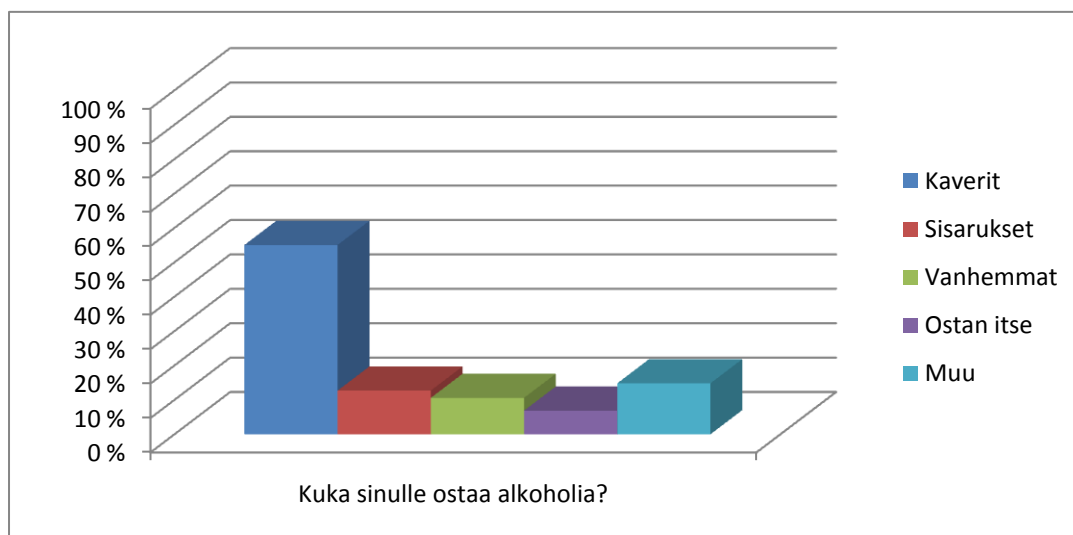
Suurin osa kertoi siis käyttävänsä alkoholia useimmin kavereidensa luona. Yläkouluikäiset nuoret asuvat yleensä vielä vanhempiensa luona, joten pohdimme, kuinka paljon vanhemmat hyväksyvät lastensa alkoholin käyttöä, kun 38 % tytöistä ja 36 % pojista kertovat juovansa alkoholia kavereidensa luona. Lain mukaan alkoholin luovuttaminen alaikäiselle on rikos.



KUVIO 8. Paikat, jossa nuoret käyttävät alkoholia

Alkoholin hankinta. Kysyimme nuorilta, kuka heille ostaa alkoholia. Kaikista vastaajista *kaverit* -vaihtoehdon valitsi yhteensä 104 vastaajaa (55 %). *Sisarukset* -vaihtoehdon valitsi yhteensä 24 vastaajaa (13 %). *Vanhemmat* -vaihtoehdon valitsi 22 vastaajaa (11 %). *Ostan itse* -vaihtoehdon valitsi 13 vastaajaa (7 %). *Muu, kuka* -vaihtoehdon valitsi 28 vastaajaa (15 %). *Muu, kuka* -vaihtoehtoon nuoret olivat luetelleet seuraavia asioita: *”hakija, kavereiden tutut, sukulaiset, otan vanhemmilta, kaverin kaveri, en kerro, kaverin aikuinen kaveri, randomi, kavereiden sisarukset, yks jeppe”*.

Suurin osa vastaajista oli valinnut *kaverit* alkoholin hankkijaksi. Koska alkoholin myynti alaikäiselle on rikos, periaatteessa nuoret eivät saa ostettua alkoholia kaupasta. Monilla paikkakunnilla on tapana, että nuoret maksavat ”hakuja” eli ylimääräistä sille henkilölle, joka heille käy ostamassa alkoholia tai vaihtoehtoisesti tupakkaa.



KUVIO 9. Nuorille alkoholia ostavat henkilöt

Alkoholimäärät. Halusimme selvittää, kuinka paljon nuoret juovat alkoholia kerralla. Vastaukset oli hankala analysoida vastausten vähyyden ja kysymyksen asettelun vuoksi. Tulokset vastauksista kerromme yleisellä tasolla.

Tulosten perusteella keskimääräinen alkoholin kertakäyttömäärä oli 3-12 pulloa keskiolutta, siideriä tai lonkeroa. Nuorien käyttämät alkoholimäärät vaihtelivat melko suuresti, joten päätimme mainita muutaman kysymyksiä herättävän esimerkin: *”maistelen vähän, juon 6-12 pulloa olutta + kultalonkeroa + vähän 80 % Saarenmaata, 24 pulloa olutta, 6-12 kaljaa ja pullo viinaa, 3-8 pulloa keskiolutta + väkeviä 2 lasia, otan 0,7 litraa Suomiviinaa, juon mielestäni sopivasti.* Iso osa suurista kertakäyttömääristä oli poikien vastauksissa, kun taas tyttöjen vastauksissa oli enemmän mietoja alkoholijuomia.

Halusimme kysyä nuorilta, miten heidän alkoholinkäyttönsä on muuttunut ensimmäisen käytön ja nykyhetken välillä. Kahdessa ensimmäisessä vaihtoehdossa nuoret saivat itse kertoa ajatuksiaan, ensimmäinen vaihtoehto oli: *Alkoholinkäyttöni on vähentynyt, miksi?* Nuoret vastasivat seuraavasti: ” ei hyötyä, en juo paljoa, viinan hinta noussut, olen viisastunut, ei hyviä paikkoja, tietää rajansa, ajoin kolarin, ei oo rahaa, ei jaks/ei ehdi, ei välitä alkoholista, on pelejä, seurustelee, olen aikuistunut, koska huomasin ettei se niin kivaa ole, olen vain maistanut, bileitä harvemmin, ei kiinnosta enää kuin ennen, vaikea saada viinaa, ei huvita ryypätä”.

Toinen vaihtoehto oli: *Alkoholinkäyttöni on lisääntynyt, miksi?* Nuoret vastasivat seuraavasti: ” parempi humala, se on kivaa, janottaa, tullut vanhemmaksi, juhlin enemmän, en tiedä, tottunut suurempiin määriin, se on hyvää, selvinnyt kolarista, sellainen ikä, seura, haluaa enemmän, se on hauskaa, hyvä ilma, jos on rahaa, paremmat kännit, ongelmat perheen kans, saa helpommin, ekat määrät ei riitä, vähemmän kotona, enemmän kavereiden kans, enemmän rahaa, enemmän juhliä, ikää lisää, siitä on tullut tapa, huviks, kykenee juomaan enemmän, kyllä se lisääntyy aloittamisen myötä, tullu enemmän kavereita juomisen myötä, pää kestää enemmän, helpompi lähteä kun on jo kerran käynyt kylillä, hyvä maku, mukava juoda ”.

Alkoholin käyttöni ei ole muuttunut -vaihtoehdon valitsi kaikista vastaajista yhteensä 62 kappaletta. *En osaa sanoa* -vaihtoehdon oli valinnut kaikista vastaajista yhteensä 33 kappaletta.

Vastausten perusteella alkoholin käyttö ei ollut suurimmalla osalla vastaajista merkittävästi muuttunut, mutta jos oli, suurempaan määrään. Tässä kysymyksessä huomasi, että nuoret olivat miettineet suhtautumistaan alkoholiin ja käyttämiinsä alkoholimääriin.

Huoli kaverista. Kysyimme nuorilta, olivatko he huolestuneita kaverinsa alkoholinkäytöstä. Kaikista vastaajista *kyllä* -vaihtoehdon valitsi yhteensä 27 kappaletta. *Ei* -vaihtoehdon valinnut yhteensä 139 vastaajaa. *En osaa sanoa* -vaihtoehdon valisti yhteensä 36 vastaajaa.

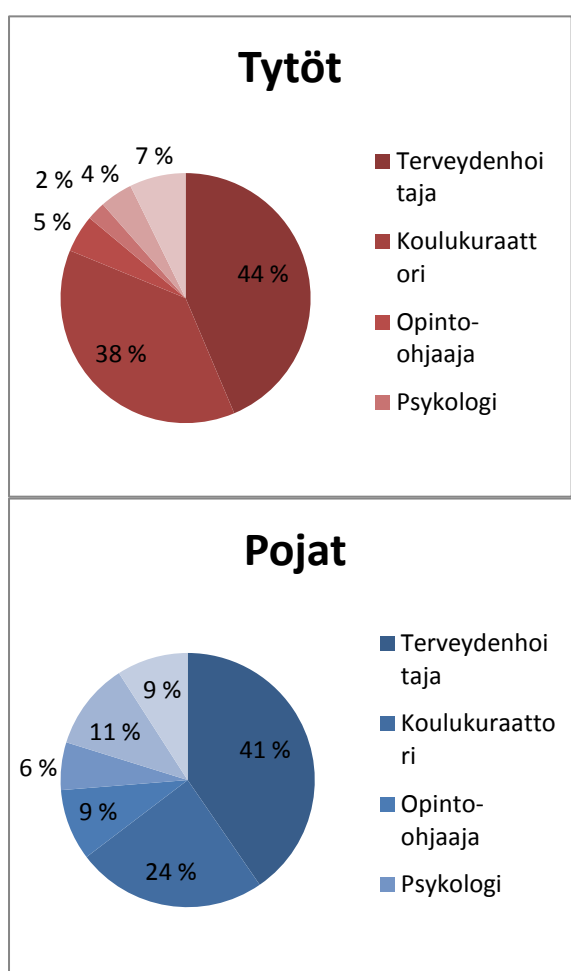
Vanhempien suhtautuminen. Kysyimme nuorilta heidän käsityksiään siitä, mitä nuorten mielestä heidän vanhempansa ajattelevat lastensa alkoholin käytöstä ja hyväksyivätkö vanhemmat alaikäisen nuoren oman alkoholin käytön. Ensimmäinen kysymys oli: *Tietävätkö vanhempasi alkoholin käytöstäsi?* Vastausmahdollisuuksia oli ”kyllä”, ”ei”, ”luulen niin” sekä ”en käytä”. Kaikista tytöistä *kyllä* -kohtaan vastasi 15 kappaletta. *Ei* -kohtaan vastasi 30 kappaletta. *Luulen niin* -kohtaan vastasi 28 kappaletta ja *en käytä* -kohtaan vastasi 41 kappaletta. Kaikista pojista *kyllä* -kohtaan vastasi 30 kappaletta, *ei* -kohtaan vastasi 21 kappaletta, *luulen niin* -kohtaan vastasi 32 kappaletta ja *en käytä* -kohtaan vastasi 34 kappaletta.

Alkoholi ja virkavalta. Kartoitimme, ovatko nuoret joutuneet tekemisiin poliisin kanssa jollakin lailla alkoholin käytön yhteydessä. Kaikista tytöistä kuusi vastaajaa kertoi joutuneensa tekemisiin poliisin kanssa alkoholia juotuaan, ja kaikkien poikien osuus tähän oli 11 vastaajaa. Kysyimme myös nuorilta, ovatko he olleet huolestuneita kaverinsa alkoholinkäytöstä. Tähän kysymykseen heillä oli mahdollisuus vastata *kyllä*, *ei* tai *en osaa sanoa*. Kaikista tytöistä 11 vastaajaa valitsi vaihtoehdon *kyllä*, ja kaikista pojista 16 vastaajaa vastasi myöntävästi. Vaihtoehdon *ei* kaikista tytöistä valitsi 61, pojista samaan kohtaan vastasi 81. *En osaa sanoa* -kohtaan tytöistä vastasi 16 ja pojista 21.

Nuorten tuki kouluympäristössä. Halusimme opinnäytetyössämme tietää, oliko nuorilla mahdollisuuksia käydä juttelemassa omastaan tai kaverinsa alkoholinkäytöstä jollekin aikuiselle kouluympäristössä. Vaihtoehtoina tähän kysymykseen olivat terveydenhoitaja, koulukuraattori, opinto-ohjaaja, psykologi, opettaja sekä muu, kuka? Kaikista tytöistä terveydenhoitajalle omista tai kaverinsa asioistaan kertoisi 72 vastaajaa, koulukuraattorille 62 vastaajaa, opinto-ohjaajalle 8 vastaajaa, psykologille 4 vastaajaa, opettajalle 7 vastaajaa ja muulle, kenelle? 12 vastaajaa. Tähän kohtaan he olivat kirjoittaneet ”kavereille, en kenellekään, luokanvalvojalle, vanhemmille”. Kaikista pojista terveydenhoitajalle kertoisi 80 vastaajaa, koulukuraattorille 48 vastaajaa, opinto-ohjaajalle 18 vastaajaa, psykologille 12 vastaajaa, opettajalle 22 vastaajaa ja muulle, kenelle? 18 vastaajaa. Tähän kohtaan he olivat miettineet seuraavia

vaihtoehtoja: ”*Vanhemmille, äidille, kavereille, en kenellekään, kotiin jollekin, poliisille.*”

Nuoret kokivat terveydenhoitajan olevan puolueeton ja vaitiolovelvollinen henkilö, jolle he voivat käydä juttelemassa omista tai kaverin asioista. Kouluilla terveydenhoitajan tulisikin olla hyvin tavoitettavissa, helposti lähestyttävä ja lähellä nuoria. Myönteinen asia oli myös se, että kouluilla oli koulukuraattori ja opinto-ohjaaja, jotka olivat henkilöitä, joille nuoret uskaltautuisivat juttelemaan.



KUVIO 10. Henkilöt, joille nuoret voivat käydä juttelemassa omasta tai kaverinsa alkoholinkäytöstä koulumaailmassa

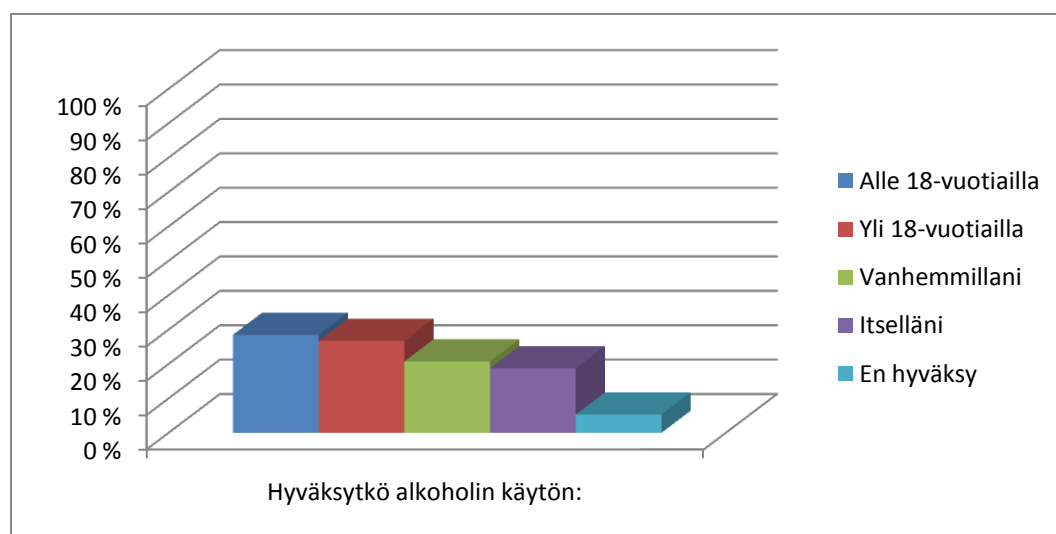
Kysyimme nuorilta, onko heillä ollut tilannetta, jolloin he olisivat halunneet keskustella alkoholiin liittyvissä asioissa, mutta siihen ei ole tarjottu mahdollisuutta. Kaikista tytöistä *Kyllä* kohtaan vastasi yhteensä 3, *ei* kohtaan vastasi yhteensä 92 ja *en osaa sanoa* -kohtaan yhteensä 10. Kaikista pojista *kyllä* kohtaan vastasi yhteensä 1, *ei* kohtaan yhteensä 105 ja *en osaa sanoa* kohtaan yhteensä 12. Näistä vastauksista päätellen nuoret olivat tarvittaessa saaneet hyvin apua.

Valistus ja avun hakeminen. Nuoret saivat pohtia, pitäisikö koululla järjestää enemmän alkoholiin liittyvää valistusta. Kaikista tytöistä *kyllä* kohtaan vastasi yhteensä 3, *ei* kohtaan yhteensä 62 ja *en osaa sanoa* kohtaan yhteensä 33. Kaikista pojista *kyllä* kohtaan vastasi yhteensä 21, *ei* kohtaan vastasi yhteensä 22 ja *en osaa sanoa* kohtaan yhteensä 16. Tämä kohta hämmensi positiivisesti poikien vastausten osalta. Olisimme kuvitelleet, että tytöt olisivat enemmän halukkaita kuuntelemaan alkoholivalistusta, mutta toisin kävi. Ilmeisesti tytöt olivat mielestään saaneet tarpeeksi valistusta alkoholista ja tiesivät sen käytön vaarat.

Halusimme kartoittaa myös sen, olisivatko nuoret valmiita hakemaan apua alkoholiin liittyvissä asioissa. Kaikista tytöistä *kyllä* kohtaan vastasi yhteensä 0, *ei* kohtaan yhteensä 2 ja *en osaa sanoa* kohtaan yhteensä 11. Suurin osa tytöistä oli jättänyt vastaamasta kokonaan tähän kysymykseen. Kaikista pojista *kyllä* kohtaan vastasi yhteensä 0, *ei* -kohtaan yhteensä 17 ja *en osaa sanoa* kohtaan yhteensä 92. Tähän osioon vastaajia oli hyvin niukasti, joten emme voi pitää tuloksia tämän kysymyksen osalta luotettavina.

Alkoholin käytön hyväksyminen. Kysyimme nuorilta, kenellä he hyväksyvät alkoholin käytön. Kaikista vastaajista alkoholin käytön alle 18-vuotiailla hyväksyisi yhteensä 129 vastaajaa (28 %). Yli 18-vuotiailla alkoholin käytön hyväksyisi 121 vastaajaa (27 %). Alkoholin käytön vanhemmillaan hyväksyisi 94 vastaajaa (21 %). Itsellään alkoholin käytön hyväksyisi 85 vastaajaa (19 %). Alkoholin käyttöä kenelläkään ei hyväksyisi 24 vastaajaa (5 %). Nuorilla oli mahdollisuus valita monta vaihtoehtoa. Yllättävää oli, että nuorten mielestä alle

18-vuotiaiden alkoholinkäyttö on hyväksyttävää, vaikka sen käyttö lain mukaan on kielletty alaikäisillä.



KUVIO 11. Henkilöt, joilla alkoholinkäyttö hyväksytään

Ennaltaehkäisy. Nuoret saivat miettiä, millä keinoilla alkoholin käyttöä voisi heidän mielestään ennaltaehkäistä. Olimme antaneet nuorille kaksi valmista vaihtoehtoa (harrastukset, rahallinen sopimus), mutta myös mahdollisuuden pohtia itse keinoja ennaltaehkäisyyn. *Harrastukset* vaihtoehdon oli valinnut kaikista vastaajista yhteensä 99. *Rahallinen sopimus* vaihtoehdon oli valinnut kaikista vastaajista yhteensä 89. *Muu, mikä* vaihtoehtoon nuoret olivat luetelleet seuraavia asioita: *alkoholia ei myydä, oma tahto, kaveripiiri, ei tarvi ehkäistä, ei mene sinne mistä saa alkoholia, oma ratkaisu, maksa menee pilalle, kerrotaan lisää haittavaikutuksia, ei millään, poltetaan kaikki viiniviljelmät, sopimus vanhempien kanssa - ei rahallinen, järjestettäis nuorille ohjelmaa, raittiit kaverit, vanhempien esimerkki, muu tekeminen, kaverit. En osaa sanoa* -vaihtoehdon oli valinnut kaikista vastaajista yhteensä 113.

Seuraavassa on asioita nuorten itsensä kertomina, jotka vaikuttaisivat siihen, etteivät he lähtisi käyttämään alkoholia lainkaan. Nuorilla oli todella hyviä esimerkkejä, ja he olivat todella tarkasti miettineet omalta kannaltaan tätä asiaa. He olivat kertoneet sekä fyysisiä, psyykkisiä että sosiaalisia syitä.

14-vuotiaat tytöt olivat kertoneet seuraavia asioita: *"Ei mikään, sairaus, en tiedä, terveys huononisi, vanhemmat, kaverit, harrastukset, en lopeta, alkoholi loppuis maailmasta, ei oo rahaa, ei myydä alaikäisille, uskonnollinen näkemys, muistaa asiat kun ei juo, rattijuoppous, alkoholismi, siitä ei saa mitään hyvää, sairaudet, oma tahto, tapaturma alkoholin vaikutuksen alaisena, jos kaveritkin haluaisivat lopettaa, olen päättänyt etten juo ennen 18 v."*

15-vuotiaat tytöt nimesivät seuraavia asioita, jotka vaikuttaisivat siihen etteivät he lähtisi käyttämään alkoholia lainkaan: *"En tiedä, oma terveys, perhe, parempaa tekemistä, kaverin alkoholikuolema, laki alkoholin kieltämisestä, kaverit ei juo, ura, harrastukset, vakaumus, periaate ettei juo, en näe ryypäämisessä mitään järkeä, osaan pitää hauskaa ilmankin, vanhempien esimerkki, että itselleni tai tutulleni tapahtuisi jotain alkoholin käytön takia, että saisin rahaa, jos saisin traumat sen käytöstä, onnettomuus, en juo vielä – maistan vasta täysi-ikäisenä, en ole miettinyt kun en käytä, kaveripiiri ei painosta eikä kukaan juo, joku sairaus, oma luja päätös."*

16-vuotiaat tytöt vastasivat seuraavasti: *"Raha, en aio lopettaa, ei mikään, poliisien valvonta, kaverit, en käytä, terveydestä huolehtiminen, huonot kokemukset, päätös, muu tekeminen, en usko että auttais oikein mikään, se on hauskanpitoa, ei mitään järkeä, en lopettais kokonaan mutta kai jos olis parempaa tekemistä."*

14-vuotiaiden poikien vastaukset: *"Tulisi kolari, raha, viina loppuis maailmasta, ei mikään, sukulaisen kuolema viinan takia, en tiedä, vanhemmat, poliisi, yhteiskunta, harrastukset, oma tahto, halu olla hyvässä kunnossa, jokin sairaus joka estää sen käytön."*

15-vuotiaiden poikien vastaukset: *"Ei mikään, raha, tyttöystävän takia, riippuu ihmisestä, terveys pettäis, joku kiva ajankulu, rahallinen sopimus, kunto laskisi niin ettei pysty urheilla, kaveriporukka, joku kaveri tai tuttu kuolis viinan takia, kaverille tapahtuis jotain vakavaa, harrastukset, työ, opiskelu, seura, kaverit, perhe, hyvää kuntoa vaativat harrastukset, puhuminen, omaisen alkoholin"*

käyttö, en lopettais kokonaan, osaan käyttää kohtuudella, jos se maksaisi älyttömästi, jos kaveritkin tahtoisivat harrastaa liikuntaa, jos kaverit ei painostais, jos saisi rahaa tai palkinnon juomattomuudesta, hyvä valistus, isot seuraamukset käyttämisestä, mielentila, en halua tuhlaa rahaa sellaiseen, oma päätös olla käyttämättä.”

16-vuotiaiden poikien vastaukset: *”Harrastukset, en tiedä, raha, rahan puute, maksakiroosi, ei mikään, kieltolaki, aika, paikka, päivä, kaverit, periaate, oma tahto, vanhemmat, alkoholiallergia, maksassa vikaa, tilaston teko siitä, kuinka paljon säästäisi, raha ja terveys, sosiaaliset haitat, urheilu, koulu, alkoholin myynnin lopettaminen, jos kukaan muu ei juo niin en minä silloin ainakaan – mutta vois sitä maistella, jos ei muutkaan juo, jos sai paljon rahaa, periaate etten juo, tietää seuraukset ja on hyvin kasvatettu.”*

11 JOHTOPÄÄTÖKSIÄ

Tutkimuksemme osoitti, että nuoret tietävät alkoholista ja sen haitoista suhteellisen hyvin. Alkoholinkäyttö tai vaihtoehtoisesti raittius ovat nuoren omia päätöksiä, eikä siihen juurikaan vaikuta ryhmän paine. Vastauksista ilmeni myös se, että lähes kaikille alkoholia käyttäville se on sosiaalinen tapahtuma, ja alkoholia käytetään yleensä kavereiden kanssa joko heidän kotonaan, mökillä tai nuorten kokoontumispaikoilla. Alkoholia nuoret saavat pääasiassa kavereilta, kavereiden kavereilta tai tutuilta.

Huolestuttavaa oli se, että yli puolella alkoholia käyttävistä nuorista alkoholiannokset olivat kohtuullisen käytön ylittäviä. Myös se, että alkoholin haittavaikutukset eivät huolettaneet nuoria juurikaan, herätti kysymyksen: tietävätkö nuoret haittavaikutuksista tarpeeksi vai vaikuttaako nuorten ikä huolettomaan ja myönteiseen suhtautumiseen alkoholia kohtaan? Nuoret käyttivät alkoholia keskimäärin kerran kuukaudessa. Myönteistä oli kuitenkin se, että noin kolmasosa nuorista kertoi, että ei käytä alkoholia ollenkaan. Raittiiden nuorten määrä jakautui melko tasaisesti paikkakuntien välillä.

Nuoret olivat miettineet paljon alkoholin aiheuttamia haittavaikutuksia. Tuloksista huomasin sen, että mitä vanhempi oppilas oli, sitä tarkemmin ja syvällisemmin haittavaikutuksia oli pohdittu. Yläkoulussa terveystiedon oppitunneilla kerrotaan perusasioita alkoholin haittavaikutuksista, joten monella oli varmasti tietoa jo sitä kautta. Joistakin vastauksista kuitenkin huomasin, että tietoa oli haettu myös muualta. Media on hyvä tietoväylä, ja siellä alkoholiin liittyvät asiat ovat paljon esillä. Uskomme myös, että moni nuorista puhui haittavaikutuksista myös omien kokemustensa perusteella. Nuoret olivat myös hyvin tietoisia siitä, miten alkoholin käyttö muuttaa heidän käyttäytymistään. Vastauksissa ilmeni monia samoja asioita ikään katsomatta.

Nuorten ensimmäiset alkoholin kokeilut tapahtuvat keskimäärin 13–14-vuotiaina. Yläkouluun siirtyminen näyttää siis olevan melko suuri osatekijä alkoholin käytössä. Ehkä syynä ovat uudet kaverit, ikä, vanhemmista

irrottautumisen alkaminen ja muun muassa syntymäpäivien vieton muuttuminen aikuisempaan suuntaan ja vanhempien alkoholin käytön hyväksyntä.

Nuorten vastaukset siihen, tietävätkö heidän vanhempansa nuorensa alkoholinkäytöstä jakautuivat sukupuolen mukaan. Tytöistä suurin osa vastasi, että vanhemmat eivät tiedä heidän alkoholinkäytöstään, kun taas suuri osa pojista vastasi vanhempien tietävän. Tosin tästä huolimatta monet nuorista olettivat, että vanhemmat tiesivät heidän omasta alkoholinkäytöstään. Suuri osa nuorista kertoi, etteivät vanhemmat hyväksy lapsensa alkoholinkäyttöä.

Nuorista yhteensä 16 vastaajaa oli joutunut poliisiin kanssa tekemisiin, heistä suurin osa oli poikia. Mielestämme määrä oli yllättävän suuri, vaikka vastaajia olikin yhteensä 239 kappaletta. Olisi ollut mielenkiintoista myös selvittää, minkälaisissa tilanteissa nuoret olivat joutuneet poliisiin kanssa tekemisiin: oliko taustalla esimerkiksi rattijuopumuksia tai alkoholin juomista julkisella paikalla alaikäisenä.

Nuoret saivat pohtia alkoholinkäyttönsä muutoksia, oliko se vähentynyt tai lisääntynyt ensimmäisen käytön ja nykyhetken välillä. Vastaukset jakautuivat tasaisesti kahden ensimmäisen vaihtoehdon välillä. 62 nuorta kertoi, että alkoholinkäyttö ei ole muuttunut. Vähentyneeseen alkoholinkäyttöön vaikuttivat hyvin monet ja erilaiset asiat. Lisääntyneeseen alkoholinkäyttöön vaikutti monen vastaajan mukaan se, että alkoholin sietokyky on parantunut käytön myötä ja täten myös annosten on oltava suurempia.

Nuorten vastauksista ilmeni selvästi se, että he eivät ole huolissaan kavereidensa alkoholinkäytöstä. Nuorista 37 kappaletta oli kuitenkin valinnut vaihtoehdon *'en osaa sanoa'*. Kaverin tilannetta on siis ehkä mietitty, mutta asiaan ei ole sen enempää puututtu.

Nuoret kokivat, että terveydenhoitaja ja koulukuraattori ovat henkilöitä, joille he voivat käydä juttelemassa omasta ja/tai kaverin alkoholinkäytöstä ja sen ongelmista. Suurin osa nuorista myös kertoi, ettei heillä ole ollut tilannetta, jossa alkoholiin liittyvistä asioista olisi halunnut jutella, mutta siihen ei ole tarjottu

mahdollisuutta. Moni nuorista koki, että oma juominen on hallinnassa, ongelmia ei ole ja täten myöskään apua ei tarvita. Nuorten mielestä alkoholiin liittyvää valistusta ei ole tarvetta järjestää nykyistä enempää. Emme tiedä, kuinka paljon nykypäivänä järjestetään koulun puolesta alkoholivalistusta, mutta omina yläasteaikoinamme valistus oli todella vähäistä. Uskomme, että perinteinen valistus ei enää tehoa, vaan valistuksen tulisi olla mielekkäämpää, ehkä jopa shokeeraavaa, jotta se laittaisi miettimään asioita.

Alkoholinkäyttö on Suomessa melko hyväksyttyä, ja se näkyi myös nuorten vastauksissa. Suurin osa nuorista hyväksyi alkoholinkäytön sekä alaikäisillä että yli 18-vuotiailla. Vain 5 % nuorista ei hyväksynyt alkoholinkäyttöä ollenkaan. Eron näki myös alkoholia käyttävien ja raittiiden nuorten välillä: alkoholia käyttävät nuorten suhtautuivat myönteisemmin alkoholin käyttöön kaiken ikäisillä, kun taas raittiit nuoret hyväksyivät sen joko täysi-ikäisillä tai eivät hyväksyneet lainkaan.

Alkoholinkäytön ehkäisyyn ja mahdollisesti sen lopettamiseen nuoret olivat luetelleet paljon erilaisia asioita. Harrastukset olivat yleinen vastaus alkoholinkäytön vähentymiseen. Nuorten vastaukset vaihtelivat uskonnollisista näkemyksistä alkoholikieltolakiin ja alkoholin aiheuttamista onnettomuuksista seurusteluun. Oma elämäntilanne, kokemukset ja asenteet vaikuttivat siis nuorten vastauksiin.

Uskomme että sekä nuoret että heidän vanhempansa tarvitsevat lisää tietoa alkoholista ja sen käytöstä aiheutuvista haitoista. Toivoisimme vanhempien keskustelevan nuorten kanssa asiallisesti, avoimesti, ketään syyttelemättä alkoholinkäytöstä sekä sopimalla yhteisistä säännöistä. Vanhemmilla on vastuu alaikäisestä lapsistaan ja perheenjäsenten välinen luottamus on tärkeää.

12 POHDINTA

Opinnäytetyömme on ollut melko vaativa ja pitkä prosessi. Idean aiheeseen saimme mediassa kerrotuista nuorten alkoholikuolemista ja alkoholin aiheuttamista tapaturmista. Lisäksi nuorten alkoholin käyttö on ajankohtainen ja puhuttava aihe. Näistä syistä halusimme lähteä kartoittamaan omien kotipaikkakuntiemme nuorten alkoholin käyttöä ja heidän suhtautumistaan alkoholiin ja sen aiheuttamiin haittoihin.

Tutkimusluvan meille myönsivät Toholammin ja Alahärmän yläkoulujen rehtorit, ja suoritimme kyselyt toukokuussa 2010. Toholammin opettajahenkilökunta oli suureksi avuksi kyselyitä suoritettaessa, sillä emme päässeet itse paikalle viemään kyselylomakkeita ja osallistumaan tilanteeseen, jossa nuoret täyttivät lomakkeet. Oppilaat palauttivat kyselylomakkeet omille opettajilleen, joilta myöhemmin haimme lomakkeet. Alahärmän yläkouluun veimme lomakkeet henkilökohtaisesti, mutta emme käytännön syistä voineet myöskään siellä osallistua lomakkeiden täyttötilanteeseen. Myös Alahärmässä opettajat olivat suureksi avuksi viedessään lomakkeet oppilaille ja valvoessaan tilannetta. Lomakkeet palautettiin meille heti oppilaiden täytettyä ne.

Huomasimme vasta myöhemmin, että kyselylomake olisi ollut hyvä esiteltä vielä useammalla henkilöllä ennen kuin ne vietiin kouluille. Emme huomanneet kysyä lisää korjausehdotuksia kyselylomakkeen laatimiseen, minkä vuoksi kyselylomake jäi osin puutteelliseksi. Lomake olisi vaatinut hienosäätöä, minkä huomasimme vasta jälkeenpäin. Analyysivaiheessa huomasimme, että joihinkin aihealueisiin olisi voinut laittaa lisää tarkentavia kysymyksiä.

Teoriaosuutta jaoin kummallekin omiin osa-alueisiin, joista etsimme tietoa. Tulosten analyysin teimme yhdessä. Tämä menetelmä nopeutti työn toteutumista. Opinnäytetyömme aikataulu viivästyi ulkomaille tehdyn opiskelijavaihdon takia sekä aikataulujen yhteensovittamisen vaikeuden vuoksi.

Nuorten päihteiden käytöstä on saatavilla paljon kirjallisuutta. Sana päihteet käsitti monessa lähteessä sekä tupakan, alkoholin että huumeet. Pelkästään nuorten alkoholin käytöstä kirjallisuutta oli niukemmin. Tuoreimmat alkoholin käytön tutkimukset nuorten keskuudessa sijoittuivat suurimmalta osin 2000-luvun alkuun, joskin joitakin tutkimuksia opinnäytetöin oli tehty myöhemmin ja ne sijoittuivat pääosin isoille paikkakunnille. Pyrimme käyttämään mahdollisimman tuoretta ja monipuolista kirjallisuutta saadaksemme opinnäytetyöhömmme mahdollisimman paljon uusinta tietoa. Jotkin lähteistä olivat kuitenkin vanhempia, koska käsittelimme myös alkoholin käytön tutkimuksen historiaa, joka on lähtöisin noin 1950-luvulta.

Koska tutkimuksemme mukaan nuorilla on melko hyvin tietoa alkoholista ja sen haittavaikutuksista, tutkimushaasteita opinnäytetöille voisi olla enemmän mielen hyvinvointi sekä huumausaineiden käyttö. Suurin osa opinnäytetöistä, kuten meidän tapauksessamme, on tehty kvantitatiivisena suurelle joukolle. Tutkimushaasteena voisi olla siis laadullinen eli kvalitatiivinen työ, jonka voisi toteuttaa haastattelulla nuorille. Sillä tavoin saataisiin käsin kosketeltava tieto nykyajan nuoren maailmasta ja sen tuomista haasteista yksilötasolla.

LÄHTEET

Ahlström-Laakso, S. 1975. Drinking habits among alcoholics. Helsingin yliopisto.

Alko 2011. Nautiskelun riskirajat. Www-dokumentti. Saatavissa: <http://vapaatila.net/alko/viinakortti/> Luettu: 6.1.2011.

Alkoholilaki 1143/1994. Www-dokumentti. Saatavissa: <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1994/19941143> . Luettu: 15.9.2010.

Fjörd, S., Kaltiala-Heino, R., Ranta, K., von der Pahlen, B., Marttunen, M. 2009. Nuorten ahdistuneisuus ja päihteiden käyttö.

Havio, M., Inkinen, M., Partanen, A., 2008. Päihdehoitotyö. Helsinki: Tammi.

Holmia, S., Murtonen, I., Myllymäki, H., Valtonen, K., 2008. Sisätautien, kirurgisten sairauksien ja syöpätautien hoitotyö. Porvoo: WSOY.

Ivanoff, P., Risku, A., Kitinoja, H., Vuori, A., Palo, R. 2007. Hoidatko minua? Lapsen, nuoren ja perheen hoitotyö. Porvoo: WSOY.

Koistinen, P, Ruuskanen, S. & Surakka, T. 2004. Lasten ja nuorten hoitotyön käsikirja. Tammi: Jyväskylä

Lastensuojelulaki 683/1983. Www-dokumentti. Saatavissa: <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/kumotut/1983/19830683> . Luettu 15.9.2010.

Laukkanen, E., Shemeikka, S., Viinamäki, H., Pölkki, P., Lehtonen, J. 2001. Heavy drinking is associated with more severe psychosocial dysfunction among girls than boys in Finland. Journal of adolescent health.

Luopa, P., Lommi, A., Kinnunen, T., Jokela, J. 2010. Nuorten hyvinvointi Suomessa 2000-luvulla. Kouluterveyskysely 2000-2009. Www-dokumentti. Saatavissa: <http://www.thl.fi/thl-client/pdfs/91431fe2-cfa6-4909-9363-75eda1839dc3> Luettu 15.9.2010.

Mönkkönen, K. 1999. Solmusta kiinni. Nuorten päihdetyön opetusmoniste. Pohjois-Savon ammattikorkeakoulun julkaisut D 3/1999. ISBN.

Pirskanen, M. 2007. Nuorten päihteettömyyden edistäminen. Varhaisen puuttumisen malli koulu- ja opiskeluterveydenhuoltoon. Kuopion yliopisto.

Puusniekka, R. 2010. Kouluterveyskysely 2010. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Www-dokumentti. Saatavissa: http://info.stakes.fi/NR/rdonlyres/2B237BE7-1D78-4B00-A068-C72B1B1E9B18/0/Kouluterveyskysely2010_3.pdf. Luettu 28.9.2010.

Päihdelinkki 2011. Kertakäytön yläraja. Www-dokumentti. Saatavissa: <http://www.paihdelinkki.fi/testaa/kertakayton-rajaa>. Luettu 6.1.2011

Sievänen, R. 2005. Nuorten päihteettömyyden edistäminen. Lukiolaiset aktiivisina toimijoina. Pro gradu -tutkielma. Hoitotieteen laitos.

Tammi, T., Aalto, M., Koski-Jännes, A. 2009. Irti päihdeongelmista. Porvoo: Edita.

Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitos 2009. Www-dokumentti. Saatavissa: <http://info.stakes.fi/kouluterveyskysely/FI/index.htm>. Luettu: 15.9.2010.

Tigerstedt, C. Nuoret ja alkoholi, 2007. Helsinki: Hakapaino Oy.

Tupakka-asetus 174/1995. Www-dokumentti. Saatavissa: <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1977/19770225> . Luettu 15.9.2010.

TUTKIMUSLUPA-ANOMUS

Keski-Pohjanmaan Ammattikorkeakoulu
Sosiaali- ja terveysalan yksikkö
Terveystie 1
67200 KOKKOLA

19.5.2010

Olemme sairaanhoitaja- ja terveydenhoitajaopiskelijat Kokkolan sosiaali- ja terveysalan yksiköstä. Teemme opinnäytetyötä, jonka tarkoituksena on selvittää pienten paikkakuntien nuorten alkoholikäyttäytymistä. Olemme valinneet kohteiksi omien kotipaikkakuntiemme 8.-9. luokkalaiset Alahärmästä ja Toholammilta.

Tiedonkeruun suoritamme kyselylomakkeilla, jotka tuomme henkilökohtaisesti paikan päälle tai vaihtoehtoisesti lähetämme sähköisesti. Tutkimustyön ohjaajana toimii KM, lehtori Marja Ranta-Ylitalo.

Pyydämme tutkimuslupaa kyselylomakkeilla suoritettavaan aineiston keräämiseen. Oppilailta menee kyselyyn vastamiseen noin 15 minuuttia.

Tiedot on tarkoitus kerätä toukokuussa 2010. Opinnäytetyömme valmistuu syksyllä 2010.

Ystävällisin terveisin

Jenni Mattila
Sairaanhoitajaopiskelija

Susanna Virkkala
Terveystietä opiskelija

Kokkola 19.5.2010

Lupa myönnetään

Paikka _____ Aika _____

Luvanmyöntäjän allekirjoitus

Liitteet: Tutkimussuunnitelma
Kyselylomake

HYVÄ KOULULAINEN

Olemme sairaanhoitaja- ja terveydenhoitajaopiskelijat Keski-Pohjanmaan ammattikorkeakoulusta Kokkolasta. Teemme opinnäytetyöksemme tutkimusta pienempien kuntien nuorten alkoholinkäytöstä. Tutkimuskohteiksi halusimme valita omien kotipaikkakuntiemme, Alahärmän ja Toholammin 8.-9.luokkalaiset.

Pyydämme Sinua ystävällisesti vastaamaan kyselyymme. Oheisella kyselylomakkeella haluamme tiedustella ikäistenne nuorten alkoholikäyttämistä. Kysely sisältää alkoholinkäyttöön liittyviä kysymyksiä, joihin voit vastata sekä ympyröimällä Sinua lähinnä olevan vaihtoehdon että vastaamalla avoimiin kysymyksiin.

Toivomme, että vastaat jokaiseen kohtaan huolellisesti ja rehellisesti. Kysely on ehdottomasti luottamuksellinen, vastauksia ei käsittele muut kuin me allekirjoittaneet. Sinun ei myöskään tarvitse kirjoittaa nimeäsi lomakkeeseen. Kyselyn tuloksia käsittelemme vain tilastollisesti. Kyselyyn vastaaminen vie noin 15 minuuttia.

Tutkimuksen tulokset valmistuvat syksyllä 2010.

Lämmin kiitos Sinulle tutkimukseen osallistumisesta.

Toukokuu 2010

Susanna Virkkala

Terveydenhoitajaopiskelija

Toholampi

Jenni Mattila

Sairaanhoitajaopiskelija

Alahärmä

Kysely päihteiden kokeilusta ja käytöstä

Ympyröi valitsemasi vaihtoehto. Vaihtoehtoja voi olla myös useampia.

1. Ikäsi? _____

2. a) Tyttö

b) Poika

3. Mitkä asiat vaikuttavat päihteiden käyttöösi?

1 Oma tahto

2 Ryhmän paine

3 Hauskanpito

4 Alkoholi tuotteiden helppo saatavuus

5 Juhlapyhät ja viikonloppu

6 Muu,

mikä?

4. Kenen kanssa käytät alkoholia?

1 Yksin

2 Kaverit

3 Sisarukset

4 Vanhemmat

7 Sukulaiset

8 Muu,

kuka/ketkä?

5. Missä käytät alkoholia?

1 Kotona

2 Kaupunki

3 Kavereiden luona

4 Mökki

5

Muu,

missä? _____

6. Kuka sinulle ostaa alkoholia?

1 Kaverit

2 Sisarukset

3 Vanhemmat

4 Ostan itse

5

Muu,

kuka? _____

7. Kuinka paljon alkoholia juot kerralla? Erittele alkoholijuomat ja määrät. (Esim. 2 pulloa keskiolutta ja lasi mietoa viiniä. Kts. annoskoot alempana.)

1. alkoholiannos: pullo keskiolutta tai siideriä 0.33 litraa

lasia mietoa viiniä 12 cl

pieni lasi väkevää viiniä 8 cl

väkeviä alkoholijuomia 4 cl

8. Kuinka usein käytät alkoholia?

1 Kerran viikossa

2 Useammin kuin kerran viikossa

3 Kerran kuukaudessa

4 Useammin kuin kerran kuukaudessa

5 Kerran vuodessa

6 Ei lainkaan

9. Mitä alkoholin aiheuttamia terveysongelmia tiedät? _____

10. Miten alkoholin aiheuttamat terveysongelmat huolettavat sinua? _____

11. Miten omasta mielestäsi alkoholin käyttö muuttaa käyttäytymistäsi? _____

12. Minkä ikäisenä joit alkoholia ensimmäisen kerran? _____

13. Tietävätkö vanhempasi alkoholin käytöstäsi?

1 Kyllä

2 Ei

3 Luulen niin

4 En käytä

14. Hyväksyvätkö vanhempasi alkoholin käyttösi?

1 Kyllä

2 Ei

3 Luulen niin

4 En käytä

15. Miten alkoholinkäyttösi on muuttunut ensimmäisen käytön ja nykyhetken välillä?

1 Alkoholinkäyttöni on vähentynyt.
Miksi? _____

2 Alkoholinkäyttöni on lisääntynyt. Miksi? _____

3 Alkoholinkäyttöni ei ole muuttunut

4 En osaa sanoa

16. Oletko alkoholinkäyttösi takia joutunut tekemisiin poliisin kanssa?

1 Kyllä

2 Ei

17. Oletko huolestunut kaverisi alkoholinkäytöstä?

1 Kyllä

2 Ei

3 En osaa sanoa

18. Kenelle voit koulullasi käydä puhumassa omasta tai kavereidesi alkoholin käytöstä ja/tai sen ongelmista?

1 Terveydenhoitaja

2 Koulukuraattori

3 Opinto-ohjaaja

4 Psykologi

5 Opettaja

6 Muu,

kuka?

19. Onko sinulla ollut tilannetta, jolloin olisit halunnut puhua alkoholiin liittyvistä asioista, mutta siihen ei ole tarjottu mahdollisuutta?

1 kyllä

2 Ei

3 En osaa sanoa

20. Pitäisikö mielestäsi koulusi järjestää enemmän alkoholiin liittyvää valistusta?

1 Kyllä

2 Ei

3 En osaa sanoa

21. Olisitko valmis hakemaan apua alkoholin käyttöön liittyvissä asioissa?

1 Kyllä

2 Ei

3 En tarvitse apua

4 En osaa sanoa

22. Hyväksytkö alkoholin käytön?

1 Alle 18-vuotiailla

2 Yli 18-vuotiailla

3 Vanhemmillani

4 Itselläni

5 En hyväksy

23. Millä keinoilla mielestäsi alkoholin käytön aloittamista voisi ennaltaehkäistä?

1 Harrastukset

2 Rahallinen sopimus (Esim. vanhempien kanssa)

3 _____ Muu,

mikä? _____

4 En osaa sanoa

24. Mitkä asiat vaikuttaisivat siihen, ettet lähtisi käyttämään alkoholia ollenkaan tai lopettaisit _____ sen _____ käytön kokonaan? _____

Kiitos kyselyymme vastaamisesta! 😊